



# UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

## TRABAJO FIN DE ESTUDIOS

Título

Los talleres motivacionales como estrategia didáctica orientada a potenciar el rendimiento educativo de los alumnos

Autor/es

BEATRIZ MARÍN CALVO

Director/es

ISABEL ESTEBAN DÍEZ

Facultad

Escuela de Máster y Doctorado de la Universidad de La Rioja

Titulación

Máster Universitario de Profesorado, especialidad Física y Química

Departamento

QUÍMICA

Curso académico

2018-19



***Los talleres motivacionales como estrategia didáctica orientada a potenciar el rendimiento educativo de los alumnos***, de BEATRIZ MARÍN CALVO (publicada por la Universidad de La Rioja) se difunde bajo una Licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported. Permisos que vayan más allá de lo cubierto por esta licencia pueden solicitarse a los titulares del copyright.

Trabajo de Fin de Máster

# **LOS TALLERES MOTIVACIONALES COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA ORIENTADA A POTENCIAR EL RENDIMIENTO EDUCATIVO DE LOS ALUMNOS**

**Autora**

*Beatriz Marín Calvo*

**Tutora:** Isabel Díez Esteban

**MÁSTER:**

**Máster en Profesorado, Física y Química (M02A)**

**Escuela de Máster y Doctorado**



**UNIVERSIDAD  
DE LA RIOJA**

**AÑO ACADÉMICO: 2018/2019**

*La enseñanza que deja huella, no es la que se hace de  
cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón”.*

(HOWARD G. HENDRICKS)

## ÍNDICE

<b>1. RESUMEN / ABSTRACT.....</b>	<b>- 1 -</b>
<b>2. INTRODUCCION Y JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>- 3 -</b>
<b>3. OBJETIVOS.....</b>	<b>- 5 -</b>
<b>4. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>- 7 -</b>
4.1 Motivación .....	- 7 -
4.2 Tipos de motivación.....	- 8 -
4.3 Teorías para explicar la motivación en los alumnos.....	- 10 -
4.4 La motivación y las emociones .....	- 12 -
4.5 Breve exposición y reflexión de los contenidos del Máster .....	- 15 -
<b>5. ESTADO DE LA CUESTION.....</b>	<b>- 23 -</b>
5.1 La motivación en el aula .....	- 23 -
5.2 Acciones del docente en el aula .....	- 23 -
5.3 Recursos motivacionales en el aula .....	- 25 -
5.3.1 Recursos tecnológicos .....	- 25 -
5.3.2 Coaching en las aulas.....	- 26 -
5.3.3 Talleres motivacionales.....	- 27 -
<b>6. PROPUESTA METODOLÓGICA .....</b>	<b>- 29 -</b>
6.1 Contexto.....	- 29 -
6.2 Metodología.....	- 30 -
6.2.1 Temporalización de la propuesta de intervención. ....	- 31 -
6.2.2 Talleres propuestos .....	- 35 -
6.3 Recursos necesarios .....	- 55 -
6.3.1 Recursos humanos .....	- 55 -
6.3.2 Recursos materiales .....	- 55 -
6.3.3 Recursos económicos.....	- 56 -
6.4 Evaluación de aprendizaje del alumno .....	- 56 -

---

6.4.1 Evaluación inicial (diagnóstica) .....	- 56 -
6.4.2 Evaluación durante el transcurso de los talleres (de proceso formativa) .....	- 57 -
6.4.3 Evaluación final.....	- 58 -
6.4.4 Autoevaluación del docente .....	- 58 -
<b>7. RESULTADOS PREVISTOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>- 59 -</b>
<b>8. CONCLUSIONES .....</b>	<b>- 63 -</b>
<b>9. REFERENCIAS.....</b>	<b>- 65 -</b>
<b>10.ANEXOS.....</b>	<b>- 69 -</b>

## 1. RESUMEN

La falta de motivación de los alumnos en las aulas es una problemática muy presente en nuestros días, afectando a su rendimiento académico e, incluso, pudiendo desembocar en su abandono escolar.

Con el fin de contribuir a desarrollar en los estudiantes una motivación positiva por los estudios, el presente trabajo plantea una estrategia didáctica complementaria, basada en talleres motivacionales, mediante la cual se dotará a los alumnos de herramientas y pautas necesarias para fortalecer y gestionar asertivamente su estado emocional. Con ello, se perseguirá potenciar su madurez psicológica (autonomía, autocontrol, motivación...) como base y principio de cualquier logro académico o personal. Al efecto, se han diseñado y programado nueve talleres, junto con la asistencia a una charla a cargo de la Fundación Adecco.

Los talleres van dirigidos a los alumnos de primer curso de Formación Profesional Superior (FPS), que estudian en horario vespertino y tienen edades muy dispares (entre 18 y 42 años). Dichos talleres se habrán de implementar en tres momentos educativos estratégicos para los alumnos tanto a nivel emocional como académico (inicio, mitad y final de curso), para cubrir adecuadamente las necesidades diagnósticas, formativas y sumativas asociadas a la evaluación de todo proceso de enseñanza-aprendizaje.

Gracias a su participación en estos talleres, los alumnos van a ser capaces de fomentar múltiples factores clave para su desarrollo personal y académico (motivación, desempeño educativo, trabajo en equipo, autoestima, autogestión...) que habrán de guiarles hacia un proceso de enseñanza-aprendizaje de calidad.

Palabras clave: Motivación, gestión emocional, talleres motivacionales, proceso enseñanza-aprendizaje, trabajo cooperativo.

## ABSTRACT

The lack of motivation of students in the classroom is a very common problem in our days, affecting their academic performance and, even, leading to their school dropout.

In order to help students develop a positive motivation for learning, this work proposes a complementary didactic strategy, based on motivational workshops, through which students will be provided with tools and guidelines necessary to assertively strengthen and manage their emotional state. Thus, it will pursue to enhance their psychological maturity (autonomy, self-control, motivation ...) as the basis and principle of any academic or personal achievement. To this end, nine workshops have been designed and programmed, together with the attendance at a talk provided by the Adecco Foundation.

The workshops are intended for students in the first year of Advanced Vocational Training, who study in evening hours and have very different ages (between 18 and 42 years old). These workshops will be implemented in three strategic educational moments for students both emotionally and academically (beginning, middle and end of course), to adequately cover the diagnostic, formative and summative assessment needs associated with any teaching-learning process.

Thanks to their participation in these workshops, students will be able to promote multiple key factors for their personal and academic development (motivation, educational performance, teamwork, self-esteem, self-management ...) that will guide them towards a high quality teaching-learning process.

Keywords: Motivation, emotional management, motivational workshops, teaching-learning process, cooperative work.



## 2. INTRODUCCION Y JUSTIFICACIÓN

El trabajo Fin de Máster que a continuación se presenta pretende, un compendio y reflejo de las competencias adquiridas en el Máster Universitario de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de idiomas, así como una reflexión sobre la aplicabilidad de los contenidos estudiados.

En este contexto, cabe destacar que ha sido la realización del Prácticum, especialmente, la que me ha permitido detectar, y valorar el alcance y las implicaciones de muchas necesidades y carencias educativas de los alumnos que se derivan de la falta de motivación. Entre las principales causas de esta falta de motivación pueden señalarse: el horario de las clases (vespertino, en el caso de los grupos-clase en los que he intervenido), las metodologías docentes, la falta de autogestión, la diversidad entre los alumnos (tanto a nivel cognitivo como en edad y estatus social), y un largo etc. Este preocupante déficit motivacional plantea la necesidad de reforzar el aula a nivel emocional, intentando evitar las altas tasas de fracaso escolar y abandono prematuro.

La extendida falta de motivación en los alumnos hacia su aprendizaje es un hecho que trasciende de las aulas y preocupa también a la sociedad, como así se ha puesto de manifiesto en base a la información ofrecida por distintos medios de comunicación:

- El Ministerio de Educación y Formación Profesional, en su informe “Datos y cifras. Curso escolar 2018/2019”, muestra que, en España, las tasas de fracaso y abandono escolar, continúan siendo de las más altas de la Unión Europea (UE). Según la Encuesta de Población Activa, en 2017, el 18,3% de los jóvenes españoles de 18 a 24 años se encontraban en situación de “abandono educativo temprano” (no completaron el nivel de Educación Secundaria 2ª etapa y no seguían ningún tipo de educación-formación), frente al 10,6% correspondiente a la media de la UE28 (datos de Eurostat). Esta situación se agrava, en los últimos años, con el aumento del “grado de insatisfacción de nuestros jóvenes” (Blasco y Dieste, 2019).

- *“El abandono escolar de los jóvenes en España dobla la media europea”* (Diario El Mundo, 2013).

Estos resultados hacen replantearse la necesidad de un cambio profundo de base, empezando por trabajar la motivación de los alumnos. La motivación es

“la palanca” que mueve cualquier conducta, hecho que será decisivo por un lado, para la mejora del rendimiento escolar, el aprendizaje de los alumnos y el grado de satisfacción de los mismos, así como determinante para formar personas inteligentes emocionalmente, que puedan lograr una mejor calidad de vida, felicidad y bienestar tanto a nivel académico como personal.

Con el objetivo de contribuir al planteamiento de mejoras y soluciones ante esta problemática, en el presente Trabajo Fin de Máster se presenta una estrategia didáctica, basada en talleres motivacionales, con el fin de minimizar las carencias motivacionales del aula. Al efecto, se pretende dotar a los alumnos de las herramientas necesarias para potenciar la reflexión y el control y gestión de sus emociones en sus procesos de toma de decisiones conscientes y racionales, no solo en su vida académica sino también en su vida personal.

### 3. OBJETIVOS

Una vez expuesta la problemática subyacente en esta propuesta de Trabajo Fin de Máster, se procederá a detallar los objetivos perseguidos a través de la propuesta realizada.

El objetivo general del estudio se centra en promover una mejora de la calidad de enseñanza-aprendizaje utilizando como herramienta principal estrategias que potencien la motivación de los alumnos, tanto intrínseca como extrínseca.

Para tal fin, se proponen distintos talleres motivacionales orientados a captar la atención del alumno, fomentar la cooperación entre estudiantes y evitar comportamientos inadecuados en el aula.

Para la consecución de dicho objetivo general se definen una serie de objetivos específicos estratégicos:

- ✓ Estimular la inteligencia emocional de los alumnos (“alfabetización emocional”).
- ✓ Proporcionar herramientas efectivas para identificar y controlar las emociones.
- ✓ Promover la automotivación de los alumnos.
- ✓ Preparar emocionalmente a los estudiantes para afrontar con solvencia problemas cotidianos de la vida, tanto personales como profesionales, educando para la vida, la felicidad y el bienestar.
- ✓ Trabajar la empatía o consciencia de los sentimientos y necesidades de los demás como pieza clave de la competencia social.
- ✓ Fomentar el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la tolerancia como valores añadidos a la capacitación académica.



## 4. MARCO TEÓRICO

### 4.1 Motivación

La mejor manera de entender la conducta de los estudiantes es preguntarnos por sus motivaciones. La motivación puede darnos la respuesta del porqué de un comportamiento humano: ¿por qué una persona en un momento dado actúa de una manera y no de otra?, ¿por qué dos personas actúan de manera distinta en una misma situación?, ¿por qué las personas varían su manera de actuar sin haber cambiado otras circunstancias?.

La mayoría de los comportamientos de los estudiantes encuentran una explicación en algún componente de su motivación.

La motivación ha sido objeto de estudio por parte de muchos autores que ofrecen distintos enfoques y definiciones:

Bisquerra define motivación como:

Un constructo teórico-hipotético que designa un proceso complejo que causa la conducta. En la motivación intervienen múltiples variables (biológicas y adquiridas) que influyen en la activación, direccionalidad, intensidad y coordinación del comportamiento encaminado a lograr determinadas metas (Bisquerra, 2000).

Para Santrock la motivación es “el conjunto de razones por las que las personas se comportan de las formas en que lo hacen. El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido” (Santrock, 2002).

Ajello señala que la motivación debe ser entendida como la trama que sostiene el desarrollo de aquellas actividades que son significativas para las personas y en las que toma parte (Ajello, 2003).

Los autores (Clavero, Salguero, Venegas y Ramírez, 2004), por su parte, apuntan que:

La motivación podríamos entenderla como un proceso que explica el inicio, dirección, intensidad y perseverancia de la conducta encaminada hacia el logro de una meta, modulado por las percepciones que los sujetos tienen de sí mismos y por las tareas a las que se tienen que enfrentar.

Trechera explica que el término de motivación procede del latín *motus*, lo relaciona con aquello que moviliza a la persona a realizar una actividad (Trechera, 2005).

Si lo estudiamos desde este último punto de vista, se puede concretar que

motivación es un proceso para lograr una meta, para lo cual el sujeto primero se plantea un objetivo, procediendo a utilizar los recursos oportunos y manteniendo en todo momento, una determinada conducta.

Para Pintrich la motivación nos dirige hacia un objetivo o a la meta de una actividad y conservándola (Pintrich, Schunk y Luque, 2006).

Burón puntualiza que la motivación es lo que nos llevará a actuar en un futuro (Burón, 2006).

Pereira considera la motivación como la disposición positiva para aprender y continuar haciéndolo de una forma autónoma, principalmente en el plan educativo (Pereira, 2009).

De Goncalves conciben la motivación como un proceso en el que intervienen diferentes elementos y que se inicia con la aparición de una serie de estímulos internos y externos que hacen sentir unas necesidades (De Goncalves y Alonso, 2009).

#### **4.2 Tipos de motivación**

Si se analizan las múltiples definiciones de motivación dadas por los distintos autores, se puede deducir cómo los estudiantes se mueven por varios condicionantes: el deseo de saber, interés por aprender, consecución de una meta o recompensa. Estos aspectos se engloban en lo que se conocen como distintos tipos (variables) de motivaciones hacia el estudio y las tareas de los estudiantes y son: motivación intrínseca, interna o personal (que incluye la motivación de logro, el valor de la tarea, la curiosidad y la autorregulación); motivación extrínseca o externa; y la motivación social (Fernández, 2010).

##### *La motivación intrínseca (interna o personal) y la tarea escolar*

La motivación intrínseca hace referencia a aquellos estudiantes que se mueven por el interés, la curiosidad y la voluntad para aprender, aptitudes nacidas dentro de sí mismos que les empujan al esfuerzo que ordinariamente requiere el estudio (Ramo, 2003).

La motivación intrínseca aumenta cuando el estudiante acepta retos o desafíos a la hora de definir sus metas, lo que le llevará a un incremento de sus habilidades y sus conocimientos (Fernández, 2010):

Dentro de las motivaciones internas o personales, hay diferenciaciones que se pueden clasificar en:

- Interés profesional: lo que busca el estudiante es seguir estudiando para

lograr conseguir un buen trabajo.

- Interés personal: el estudio como una satisfacción personal.
- Interés escolar: la importancia del saber más, sacar buenas notas y el afán de superación.

#### *La motivación extrínseca (o externa) y la tarea escolar*

La motivación extrínseca hace referencia a aquellos estudiantes que muestran sus competencias hacia los demás, con el fin de obtener juicios positivos, más allá del interés por aprender.

Los estudiantes buscan una recompensa o un beneficio externo que puede ser material, o simplemente, evitar un castigo por parte de los profesores, padres, amigos, familiares o compañeros.

Fernández afirma que, de igual modo que la motivación intrínseca, la motivación extrínseca se puede clasificar en:

- Motivación familiar: busca satisfacer a los padres, para evitar un castigo o reprensión.
- Motivación escolar: necesidad de saber contestar en clase, de cara a no obtener cualificaciones negativas.
- Motivación social: se producen dos tipos de efectos, el primero de ellos el efecto de coacción, que hace referencia a que el alumno compite con sus compañeros, lo cual provoca un aumento de la activación y el rendimiento del mismo, y el denominado efecto audiencia, el cual hace referencia a cuando el alumno se ve observado por sus compañeros (Fernández, 2010).

Es importante que los estudiantes interioricen sus motivaciones externas y las conviertan en internas (intrínsecas), ya que por mucho que reciban recompensas, premios, castigos o refuerzos serán insuficientes si tienen un rechazo hacia el estudio.

#### *La motivación social y la tarea escolar*

Hace referencia principalmente a la influencia motivadora que tienen los demás sobre uno mismo, es decir, las interacciones y relaciones del estudiante con sus compañeros y entorno. Se busca la aceptación del grupo, la cual puede influir de forma positiva o negativa sobre el estudiante.

Es necesario profundizar en la motivación académica para entender la relación entre motivación y aprendizaje o rendimiento. Tradicionalmente, ha

existido una separación entre los aspectos cognitivos y los afectivos motivacionales a la hora de estudiar su influencia en el aprendizaje escolar, pero, en la actualidad, se busca integrar ambos componentes (García y Doménech, 2002).

#### **4.3 Teorías para explicar la motivación en los alumnos**

Para entender un poco mejor la motivación académica, es necesario profundizar mínimamente en el estudio de las diferentes teorías motivacionales planteadas por los diferentes autores y escuelas.

##### *Teoría conductual*

El enfoque conductista tiene sus raíces en el funcionalismo y en la teoría darwiniana de la evolución, ya que ambas corrientes hacían hincapié en una concepción del individuo como un organismo que se adapta al medio (o ambiente) (Hilgard & Bower, 1973). No obstante, en realidad, esta teoría se basa en la conducta y el comportamiento, es decir, en las acciones que desarrolla una persona, en nuestro caso nuestros alumnos, frente a los estímulos que recibe y a los vínculos que establece con su entorno.

Esta teoría atribuye la motivación de los estudiantes a las recompensas externas y los castigos. Las recompensas generan interés y motivación hacia la conducta, provocando comportamientos adecuados y distanciando aquellos que son inapropiados.

Autores como Pavlov, Skinner, Bandura, Hull o Spence han explicado el componente motivación mediante esta teoría.

Trechera explica que las teorías que se basan en incentivos parten del siguiente supuesto:

Las personas suelen realizar comportamientos con el objetivo de obtener algún beneficio y evitan o dejan de hacer aquellas conductas que conllevan un daño.

Para este enfoque toda modificación de conducta se realiza básicamente a través de refuerzos, recompensas o mediante la evitación u omisión de aquello que sea desagradable (Trechera, 2005).

Es posible modificar una conducta a través de diferentes métodos como los reforzamientos o el castigo. Los refuerzos se pueden ser positivos o negativos y se emplean para aumentar o mantener una conducta; los castigos, por su parte, son usados como consecuencia aversiva a una conducta.

##### *Teoría cognitivista*



Se basa principalmente en el estudio de la cognición (aquellos procesos relacionados con el conocimiento), analizando aquellos componentes que llevan a elaborar un conocimiento. En este caso, a diferencia del conductismo, los alumnos reaccionan a estímulos internos, es decir, la motivación surge de creencias, expectativas, metas, valores, opiniones y componentes cognitivos que nacen de los pensamientos internos del alumno.

Algunas de las teorías conocidas que han intentado explicar el componente motivacional desde las perspectivas biológicas, conductual o cognitiva engloban:

La teoría de la motivación del logro de McClelland y Atkinson. Para estos autores la motivación surge de dos necesidades opuestas, por un lado obtener el éxito y por otro lado evitar el fracaso.

Según Atkinson cuando la motivación hacia el éxito es mayor que el temor al fracaso, la motivación resultante será positiva, mientras que si sucede lo contrario y se impone el fracaso, la motivación resultante será negativa (Atkinson, 1964).

McClelland distingue cuatro tipos de alumno: aquellos orientados al éxito (implicados en alcanzar el logro y no excesivamente ansiosos por el fracaso), sobre-esforzados (muy implicados en el logro pero a su vez preocupados por fracasar), alumnos que evitan el fracaso (pesa más la posibilidad de fracasar que alcanzar el logro) y los que han interiorizado su fracaso (no les preocupa su fracaso escolar) (McClelland, 1989).

La teoría de Dweck y Elliot de acuerdo a la cual, los alumnos orientan el logro en dos direcciones: bien hacia el aprendizaje o bien hacia el rendimiento/ejecución.

En el primer caso los estudiantes persiguen adquirir nuevas habilidades, superar retos o perfeccionar la realización de una tarea, de forma que los resultados que se obtengan son debidos al esfuerzo. La búsqueda se centra, por tanto, en “ser” más competentes.

En el segundo caso, los alumnos se centran en tener suerte, puesto que lo prioritario para ellos es “aparecer” como competente (Elliot & McGregor, 2001).

La teoría motivacional de Wiener defiende que los alumnos tienden a buscar las causas de los acontecimientos cuando son ellos los protagonistas, sobre todo cuando son acontecimientos inesperados o incluso negativos. Wiener

insiste en que los resultados no siempre tienen la misma causa, ya que pueden influir otros aspectos como las expectativas del alumno, o la importancia que tenga un resultado para el alumno (si lo considera positivo o negativo) (Wiener, 2005).

Se puede concluir, por tanto, que los niveles de rendimiento y motivación académica se asocian principalmente a causas internas, como son la aptitud o el esfuerzo.

### *Teoría Humanista*

Esta teoría resalta la importancia de la motivación intrínseca, interna, que es la que hace que las personas se activen, dirijan y mantengan su conducta a partir de sus propios recursos, su sentido de competencia y su autoestima, por la necesidad de autorrealización, autonomía y autodeterminación (Poggioli, 2009).

Una de las teorías más conocidas sobre la motivación es la de la “Jerarquía de las necesidades”, propuesta por Abraham H. Maslow, quien concibió las necesidades humanas por jerarquías donde unas son prioritarias, de modo que, solo cuando estas están cubiertas, se puede ascender a necesidades de orden superior, dando por supuesto, que una vez satisfechas una serie de necesidades estas dejan de ser motivacionales (Pereira, 2009). Las necesidades a satisfacer en orden ascendente serían: fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima y de autorrealización.

#### **4.4 La motivación y las emociones**

Indudablemente, el camino más directo para mejorar la motivación de los alumnos pasa por promover su inteligencia emocional. Para Goleman el mejor modelo para definir la inteligencia emocional es el modelo de competencias, el cual la define como un conjunto de habilidades que incluyen el autocontrol, el entusiasmo, la persistencia y la capacidad para motivarse a uno mismo, es decir, la autorregulación emocional. Por tanto, un adolescente será inteligente emocionalmente en la medida que puede mejorar su motivación (Goleman, 1998).

A pesar de que no se han llevado a cabo muchos estudios sobre la influencia de las emociones en el aprendizaje de los estudiantes (García, 2002), para Pekrun las emociones juegan un papel fundamental en la vida psicológica del estudiante y, como consecuencia, en su motivación académica

y estrategias cognitivas (adquisición, almacenamiento, recuperación de la información, etc.) y, por consiguiente, en el aprendizaje y el rendimiento escolar. En la Figura 1 se muestra un esquema del modelo de Pekrun (Pekrun, 1992).

Como se observa en la mencionada figura, Pekrun destaca las emociones positivas, emociones negativas o desactivación de las emociones como aspectos claves en el aprendizaje y el rendimiento académico, íntimamente vinculados a los procesos cognitivos y motivacionales (motivación intrínseca y extrínseca) que pueden actuar de mediadores.

Las emociones positivas que se generan al realizar una tarea, van a llevar a un incremento del rendimiento. Estas emociones pueden estar ligadas a un proceso, a una prospectiva o retrospectiva pero, en cualquiera de los casos, siempre provocan un efecto favorable en el proceso de aprendizaje.

Todo lo contrario ocurre con las emociones negativas, que pueden guiar al alumno a efectos tanto positivos como negativos. Si el alumno se aburre con las tareas, su motivación intrínseca se va a ver afectada y, por lo tanto, disminuye su rendimiento pero, a su vez, el alumno será capaz de buscar otra tarea que le motive más y, por consiguiente, logrará aumentar su necesidad por aprender.

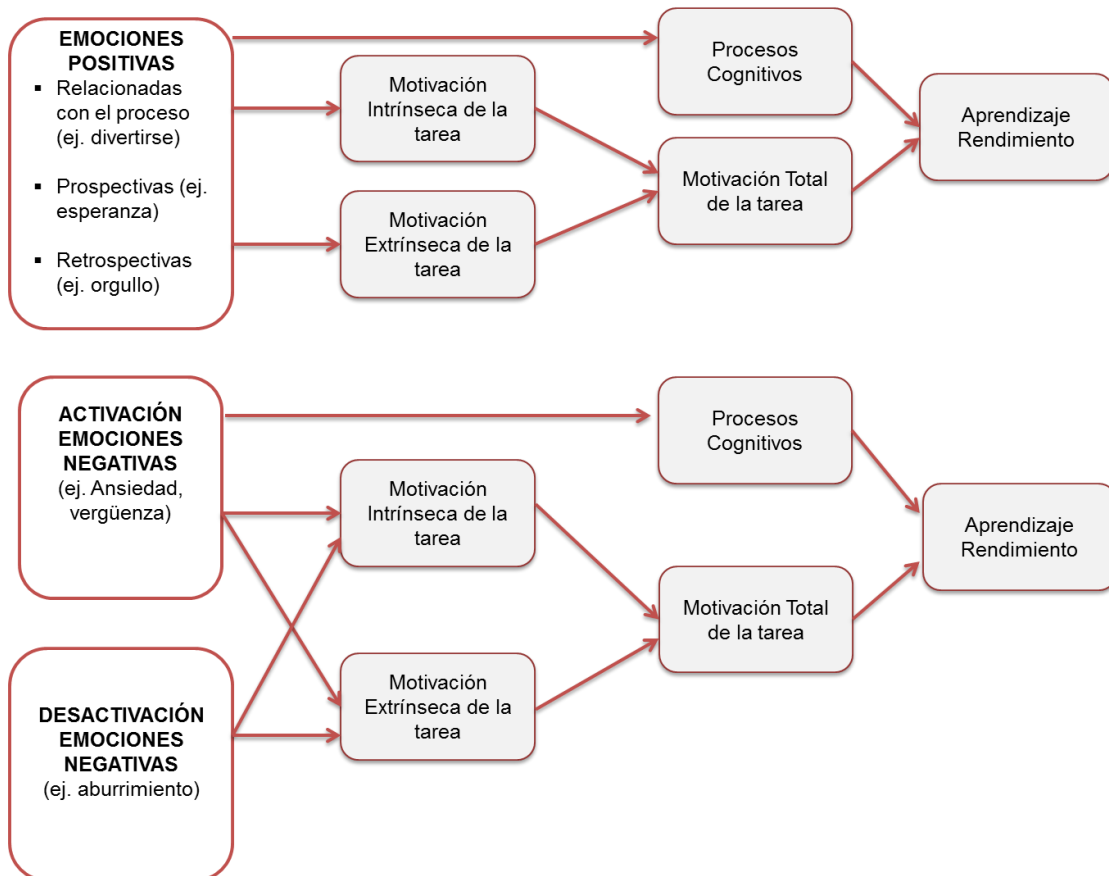


Figura 1. Modelo Pekrun.

Una vez entendido el modelo de Pekrun, y cómo puede afectar al aprendizaje y rendimiento de los alumnos, es importante citar las habilidades prácticas que el alumno es capaz de adquirir con una adecuada inteligencia emocional.

Extremera clasifica las habilidades prácticas en dos áreas claramente diferenciadas (Extremera y Fernández, 2004):

- **Inteligencia Intrapersonal:** relacionada principalmente con las habilidades internas de autoconocimiento, y que fomenta la adquisición de habilidades como:
  - La autoconciencia: la capacidad de saber que está pasando en su cuerpo y que está sintiendo.
  - El control emocional: la capacidad para regular una emoción y/o modificar un estado anímico.
  - La capacidad para automotivarse y motivar a sus compañeros.
- **Inteligencia Interpersonal:** referente a habilidades externas, incluyendo:
  - La empatía: los alumnos deben entender qué les ocurre y qué sienten

sus compañeros, es decir, ser capaces de ponerse en el lugar de los demás.

- Las habilidades sociales: aquellas que ayudarán a los alumnos a cooperar y trabajar en equipo.

#### **4.5 Breve exposición y reflexión de los contenidos del Máster**

El Máster Universitario de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de idiomas atiende a la necesidad de capacitar a los docentes para enseñar, siempre de una manera adecuada al nivel y a la formación previa del alumno, así como de concretar aquellos conocimientos académicos que le permitan desarrollar de forma adecuada su labor y conseguir una formación integral del estudiante.

Para adquirir estas capacidades el máster se divide en tres módulos: módulo genérico, módulo específico y prácticum.

Cada uno de estos módulos ha sido clave y determinante para poder contextualizar el presente Trabajo Fin de Máster, previa realización de una reflexión crítica sobre los contenidos trabajados en cada asignatura y que a continuación se detalla.

##### MÓDULO GENÉRICO

Formado por 13,5 ECTS. Con la impartición de las asignaturas que lo integran se busca sentar las bases del proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo fundamentales para el buen desarrollo de las demás asignaturas del máster.

El módulo genérico lo encuadran cuatro asignaturas, las cuales combinan principalmente una parte teórica con su aplicación práctica y la realización de trabajos.

##### Aprendizaje y desarrollo de la personalidad/Psicología (4,5 ECTS)

La asignatura principalmente se centra en la rama de la psicología de la educación y, concretamente, la del adolescente, los cuales se encuentran, con carácter general, en edades comprendidas entre los 12-18 años (pudiendo ser superior en algunas ocasiones).

Como futuros docentes, esta asignatura nos ha brindado la oportunidad de investigar y conocer las características cognitivas, comunicativas y de personalidad del adolescente. Asimismo, se ha incidido en cómo diferentes causas pueden influir en su desarrollo y conductas. Todos ellos han sido aspectos claves que me han ayudado a diseñar y seleccionar los talleres

motivacionales que mejor se adapten a las necesidades de los alumnos, con el fin de mejorar la calidad en la enseñanza-aprendizaje.

Los adolescentes están muy marcados por sus relaciones intrapersonales e interpersonales, tanto entre iguales como con los adultos (su profesor, familia, padres, etc.) Estas relaciones influyen en aspectos como la atención, motivación y memoria durante el proceso de enseñanza aprendizaje. Por tanto, conocer pautas para poder abordar posibles problemas en este ámbito ha sido muy enriquecedor, a la vez que imprescindible para esta propuesta de Trabajo Fin de Máster.

Es una etapa muy importante de integración, tanto a nivel de disfunciones de personalidad como relacionadas con sus capacidades o ritmos de aprendizaje, por tanto, es indispensable tener una visión global de todos los alumnos en todos los sentidos: psicológicos, fisiológicos, como se relacionan, aprenden, etc.

En esta asignatura hemos realizado diversas prácticas que se han asemejado a lo que nos podemos encontrar en el aula; es por ello, que esta asignatura ha resultado clave, y de las más importantes, para poder realizar este trabajo.

#### Procesos y Contextos Educativos (4,5 ECTS)

A diferencia de la anterior asignatura, se centra principalmente en el docente.

Se nos han dado pautas para gestionar de forma eficaz el aula, pudiendo transformarla en un medio favorable para el desarrollo de cada uno de los alumnos que la componen. Se ha centrado en la aplicación de recursos, la comunicación en el aula o acciones para una educación emocional; aspectos todos ellos muy importantes a la hora de poder ejecutar el Trabajo Fin de Máster.

Conocer toda la evolución del Sistema Educativo Español, así como el marco legal que lo regula y las implicaciones que conlleva en los centros, son aspectos que nos pueden ayudar a la hora de orientar nuestro Trabajo Fin de Máster (en mi caso dirigido a alumnos que se rigen por normativa LOGSE). Aprender cómo se gestionan los centros (Plan de acción tutorial, Plan de Convivencia, Plan de atención a la diversidad, Proyecto Educativo del Centro (PEC), Programación General Anual (PGA), características del currículo, etc.)

nos ayuda para saber en qué marco se desenvuelve el centro y cómo contextualizar el Trabajo Fin del Máster siguiendo las pautas establecida por el centro y la normativa.

Como futuro docente, es importante conocer distintas estrategias para mejorar la calidad, planificación e intervención para el aprendizaje del aula, buscando siempre la educación inclusiva, por y para todos.

#### Sociedad, familia y Educación/Sociología (4,5 ECTS)

Esta asignatura se ha centrado principalmente en el estudio de los tres grupos al que pertenecen los alumnos: sociedad, familia y escuela. Hemos tenido la oportunidad de ver cómo evolucionan los alumnos a nivel educativo en función de a qué grupo pertenezcan, ya que, aunque muchas veces son ellos los que deciden en dónde quieren estar (amigos), hay veces que viene impuesto (familia). Estos factores pueden afectar a su comportamiento en el aula, a su personalidad y, sobre todo, a su motivación, problema muy presente en las aulas ya que es una de las causas principales del fracaso en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Todo ello me ha ayudado para poder enfocar con más precisión algunos talleres de este Trabajo Fin de Máster.

Es importante conocer los cambios más relevantes de la sociedad actual que van a afectar a la educación familiar y escolar, relaciones inter e intrapersonales, de género e intergeneracionales, multiculturalidad y la discriminación e inclusión social. Para abordarlos se han realizado trabajos prácticos, donde ha sido necesario el análisis de textos y datos estadísticos.

#### MÓDULO ESPECÍFICO

Representa casi la mitad del peso total del Máster, estando compuesto por 27 ECTS.

Las asignaturas que lo componen son:

#### Complementos para la formación disciplinar en Física y Química (6 ECTS)

En esta asignatura hemos podido estudiar la historia de la física y la química, aplicaciones tecnológicas y desarrollos derivados, que, posteriormente, pueden ser usados como recurso didáctico y transmitir una visión dinámica de la ciencia. Dicho enfoque también podemos extrapolarlo a cualquier situación del aula, hecho que me ha servido para poder aplicarlo en este trabajo.

#### Aprendizaje y enseñanza de la Física y Química (15 ECTS)

Se trata de una asignatura anual, la cual se distribuye en dos bloques bien

diferenciados. El primero de ellos se centra principalmente en la evolución de la legislación y cómo se organiza el sistema educativo español. Estas cuestiones ya abordadas otras asignaturas (módulo genérico), en este caso se centran más en datos sobre nuestra especialidad: asignaturas, hora lectivas, etc. Al ser más específico, puedo decir que me ayudó a entender bastantes conceptos que no tenía completamente claros, y me sirvió de orientación a la hora de planificar y ejecutar el Trabajo Fin de Máster. Otra parte de este bloque que considero muy interesante es la relacionada con la didáctica específica de las ciencias, donde tratamos principalmente: ideas previas, métodos didácticos, prácticas experimentales, o errores muy habituales tanto de los alumnos como del docente. He podido, con ello, darme cuenta de los errores conceptuales que he ido adquiriendo a lo largo de los años como estudiante, de cómo los tenía tan interiorizados que no era consciente de que eran erróneos. Por tanto, es importante reflexionar sobre ellos y corregirlos para no transmitirlos a los alumnos. Asimismo se nos ha inculcado la importancia de resolver problemas de forma “diferente”, innovadora; es decir, la necesidad de buscar la forma de “enganchar” y motivar a los alumnos para que no vean la enseñanza como una obligación sino como una oportunidad. Hay asignaturas que pueden resultar más complejas y abstractas para los alumnos; por tanto, está en la mano del docente guiarles para que les resulte más interesante a la vez que atrayente.

Esta parte de la asignatura también me ha dado las claves para detectar las carencias o confusiones previas de los alumnos en el campo de las emociones, de ahí la importancia de lo aprendido en mi Trabajo Fin de Máster, permitiéndome apreciar la transversalidad del componente emocional con la educación y la ciencia.

El segundo bloque de la asignatura podemos considerarlo como el más práctico a nivel de docente, ya que se ha centrado en la elaboración de unidades didácticas, con sus respectivos diseños de actividades para la enseñanza-aprendizaje, manejo de los BOR tanto para Secundaria, Formación Profesional y Bachillerato, diseño de instrumentos de evaluación, evaluación de la práctica docente, así como elaboración de programaciones de aula y temporalizaciones; pautas todas ellas imprescindibles a la hora de diseñar y planificar esta propuesta.

Las clases prácticas realizadas en la asignatura han sido muy útiles, sobre



todo, para la elección del Trabajo Fin de Máster. Tuvimos la oportunidad de ir al “Colegio Nuestra Señora del Buen Consejo- Agustinas” para hacer experimentos con los alumnos, y es ahí donde te das cuenta del papel tan importante que tiene el docente respecto a la actitud de sus alumnos. Impartir una clase dinámica, con ejemplos de su día a día, hace que los alumnos estén más motivados, participen más en clase y, por lo tanto, disfruten de aquellas asignaturas que para ellos pueden resultar más complejas. A su vez, como docente, percibir este entusiasmo es muy gratificante.

Considero que los contenidos que se nos han dado en esta asignatura son muy completos y útiles para poder aplicarlos en esta propuesta Fin de Máster.

#### Innovación docente e introducción a la investigación educativa (6 ECTS)

El docente debe ser una persona activa y que se involucre en hacer cambios para adaptarse a los avances en educación y, concretamente, en ciencia.

En la primera parte de la asignatura, que hace referencia a la investigación educativa, se hizo una búsqueda bibliográfica sobre los cambios educativos en la asignatura de Física y Química, cómo afectan al curriculum y las programaciones didácticas, para finalmente dar estructura a lo que sería un proyecto de investigación en la vida real.

En la parte de la asignatura referente a Innovación, se partió de un análisis de los problemas o carencias educativas en el aula, para continuar con el planteamiento de soluciones y, por último, realizar una propuesta de proyecto de innovación. Por tanto, gracias a la innovación en educación, podemos solucionar o poner medios para corregir carencias, necesidades o problemas en el aula. Es la base para poder plantear y, posteriormente, desarrollar esta propuesta Fin de Máster.

#### PRÁCTICUM (19,5 ECTS)

Es el segundo bloque en cuanto a créditos, pero sin lugar a dudas el más significativo y atrayente del Máster. Por un lado, ponemos “en marcha” todo lo que hemos aprendido en el Máster y, por otro lado, nos enfrentamos a la realidad del aula, ya que durante 2 meses, aproximadamente, convivimos con los alumnos, docentes, y todas las personas que forman la comunidad educativa. Es interesante el hecho de que nos den opción de elegir el centro en el cual realizar las prácticas, así como la opción de poder realizarlas en horario vespertino.

### Prácticas de Física y Química (13 ECTS)

La podría definir como la parte más enriquecedora y que, contradictoriamente, más inquietud personal me generó, del Máster. Puedo decir que supuso un verdadero reto para mí, pero que lo enfrenté con mucha ilusión y ganas por aprender.

Durante casi dos meses, hemos tenido la oportunidad de estar en multitud de clases muy variadas, convivir con otros docentes de otras especialidades, realizar actividades que nunca hubiera imaginado hacer (excursiones, rutinas, guardias o evaluaciones) y, desde luego, ratos de ocio compartiendo experiencias con un café. Pero la parte más destacable fue cuando impartí las clases de forma autónoma; ahí es donde puse en práctica los conocimientos adquiridos durante el Máster y pude experimentar, en primera persona, cómo estructurar y organizar una clase.

Durante mi periodo de prácticas, me he podido dar cuenta de que uno de los principales problemas que nos encontramos en el aula, y en el sistema educativo en general, es la falta de motivación de los alumnos. De ahí el interés por realizar el proyecto Fin de Máster sobre esta temática. Con la realización de talleres motivacionales, donde los alumnos son los protagonistas, donde son capaces de expresar cómo se sienten, qué no les gusta o qué les gustaría aprender y sentir en el aula, se les estimula a despertar el interés por su enseñanza-aprendizaje. Además, al no estar acostumbrados a este tipo de metodologías, para ellos mismos es un reto, a la vez de una satisfacción personal.

El periodo de prácticas lo realicé en un módulo de formación profesional que se cursa en horario vespertino (16:00-22:00h), lo que les permite a muchos alumnos poder trabajar durante la realización del mismo. Son alumnos con edades muy dispares, entre 18-42 años, lo que hace que, en determinados momentos, se aprecien diferencias entre ellos, o distintos puntos de vista o metas finales y, como consecuencia, se crea un ambiente en el aula nada habitual para el desarrollo de las clases. Todas estas peculiaridades hacen que se genere una falta de motivación a nivel general en el aula; de ahí la importancia de buscar una solución (entre ellas la planteada en este proyecto Fin de Máster) para que esta situación se revierta, tanto para el buen funcionamiento del aula como, principalmente, para impulsar el bienestar de los

alumnos.

Motivarlos es la mejor solución para afianzar conocimientos y potenciar su aprendizaje.



## 5. ESTADO DE LA CUESTION

Si analizamos la evolución de la concepción de motivación a lo largo de la historia encontramos una clara división temporal en dos etapas la pre-científica y la científica, cuyo punto de inflexión se sitúa con la publicación, el 24 de noviembre de 1859, de la obra de Darwin: *El origen de las especies* que produjo una auténtica revolución científica y en general tuvo un gran impacto en el ámbito de la motivación en particular (Cofer & Appley, 1981).

Con el tiempo ambas teorías originarias fueron evolucionando, siendo sustituidas sucesivamente por la psicología del racionalismo, el conductismo y, finalmente, el cognitivismo (Garrido, 1995).

En las últimas décadas algún autor como Garrido, hace hincapié en centrar la motivación en los modelos conceptuales, donde las diferentes teorías que los avalan pueden coexistir de forma integrada, complementándose y ofreciendo una ciencia unitaria y no sesgada.

Por su parte, Wigfield defiende que las recientes teorías de la motivación relacionadas con el aprendizaje se centran en las creencias, los valores y las metas que los alumnos pretenden alcanzar (Wigfield & Eccles, 2002).

### 5.1 La motivación en el aula

Pocos docentes discutirían el hecho de que la motivación de los alumnos afecta de forma directa a su desempeño académico. Los cambios motivacionales en los alumnos pueden estar influenciados en gran medida por la etapa de adolescencia en la cual se encuentren, así como, por otros factores de elevada importancia significativa como son el ambiente y las necesidades desencadenantes de la motivación.

La actuación del profesor y la aplicación de técnicas motivacionales en el aula varían en función del marco conceptual o el enfoque psicológico en el que se basa, ya que en unos casos se hará hincapié en los factores personales y en otros en factores contextuales, en función de la importancia que el docente quiera dar en cada caso según las necesidades detectadas (García, 2002).

### 5.2 Acciones del docente en el aula

Se puede afirmar que existe un factor que es aún más importante y determinante que el hecho de que el docente motive al alumno y es crear un ambiente que permita a los alumnos motivarse por ellos mismos (Cyr, 1995).

Es importante que los alumnos se enfrenten a retos o desafíos que les

resulten atractivos, novedosos, variados y diversos. A la hora de distribuir las responsabilidades o autoridades el docente ha de ayudar a los alumnos en la toma de decisiones, fomentar sus responsabilidades e independencia y, sobre todo, el desarrollo del autocontrol (Ames, 1992).

Cuando el docente lleve a cabo la evaluación de aprendizajes es importante centrarse, de forma individualizada, en el progreso y la mejora del alumno, ya que así el alumno verá recompensado su esfuerzo. No obstante, la función básica de la evaluación ha de seguir siendo formativa, reguladora del aprendizaje. El docente ha de ser capaz de guiar al alumno y transmitirle que los errores son una parte esencial del proceso de enseñanza aprendizaje.

Pereira propone una serie de acciones para motivar a los alumnos (Pereira, 2009):

- ✓ Ayudar al estudiante a descubrir y confiar en sus capacidades y habilidades, eliminando ideas erróneas que pueda tener respecto de su autoeficacia.
- ✓ Analizar la importancia de las actividades educativas y del aprendizaje, en general, para la vida.
- ✓ Facilitar experiencias de logro académico que favorezcan el autoconcepto y la autoestima.
- ✓ Promover ambientes educativos que beneficien la dimensión afectiva, lo que evita así la aparición del aburrimiento, el estrés o la ansiedad, que aumentan los sentimientos e ideas de fracaso, y menoscaban la valoración personal y el rendimiento académico.
- ✓ Permitir la expresión de emociones que se viven cuando se enfrentan situaciones de fracaso y ayudar a eliminar aquellas ideas negativas o irracionales que podrían estar sustentándolas, de modo que la autoestima no se lesione.
- ✓ Eliminar las amenazas, castigos y humillaciones y, por el contrario, brindar espacios para la atención personal que permitan experimentar aceptación y respeto.
- ✓ Propiciar situaciones placenteras de tranquilidad y éxito, de modo que la persona se sienta segura y valiosa.
- ✓ Desarrollar procesos de enseñanza aprendizaje que despierten el deseo de descubrir, conocer, experimentar y crear.

✓ Promover experiencias propicias para el desarrollo de la independencia, la resolución adecuada de problemas y la toma de decisiones autónomas.

### **5.3 Recursos motivacionales en el aula**

El docente tiene la capacidad de utilizar diferentes y variados recursos motivacionales en el aula, con el fin de mantener el interés y la motivación a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje de sus alumnos. Los alumnos por su parte, irán adquiriendo las competencias necesarias para ser agentes de su propia motivación y, de este modo, avanzar hacia un modelo de estudiante autorregulado y autónomo.

#### *5.3.1 Recursos tecnológicos*

Está más que demostrado que la incorporación de las tecnologías de la información a nuestro día a día facilita la vida social y laboral. Si trasladamos este hecho a las aulas, vemos como muchos docentes ya consideran el uso de las TIC como la base en su proceso de enseñanza-aprendizaje, práctica cada vez está más extendida.

Algunos de los recursos tecnológicos más usados en los procesos de enseñanza-aprendizaje dentro del aula son las redes sociales, los blogs o la gamificación. Gracias a estos recursos, se tiene acceso a una gran cantidad de información, hecho que incentiva el conocimiento y aprendizaje del alumno de forma activa y, por consiguiente, logra despertar el interés y motivación por el aprendizaje.

El uso de las TIC ayuda al docente a suplir muchas carencias en el aula (entre ellas la falta de motivación). No obstante, no debemos olvidar que es clave saber en qué momento o en qué tarea deben implantarse estos recursos tecnológicos, y cuáles son los más idóneos en cada momento.

Existen diversos estudios que analizan las ventajas e inconvenientes del uso de recursos tecnológicos en educación y cómo pueden influir en la motivación de los alumnos (Ruiz, 2013).

#### Ventajas

Serrate y Cascales afirman que el uso de las tecnologías motiva a los estudiantes (solo por el hecho de plantearlos de forma lúdica), fomentan la concentración, estimulan la planificación y la memoria, y les ayudan a acceder a la información que necesitan en cada momento (Cascale y Real, 2011; Serrate y San Juan, 2011).

Para Sloep el uso de los recursos tecnológicos facilita la autoevaluación, la autonomía y la flexibilidad ante cada alumno y asignatura (Sloep y Flores 2011).

### Inconvenientes

Pérez apunta a que uno de los principales problemas que pueden ocasionar las nuevas tecnologías (redes virtuales, móvil...) es que pueden convertirse en una herramienta a través de la cual dañar a otros compañeros, incluso llegando al acoso escolar y, como consecuencia, a la desmotivación y la baja autoestima en el aula (Pérez, 2008).

Uno de los inconvenientes que más preocupa es que el docente no sea capaz de exprimir/aprovechar todo el potencial que estos recursos pueden aportar, por falta de formación e información sobre sus aplicaciones y uso.

### 5.3.2 *Coaching en las aulas*

El “*coaching*” es un anglicismo que procede del verbo inglés “*to coach*” (preparar, entrenar, enseñar).

Para Whitmore “*el coaching no es una técnica que hay que desempolvar y aplicar rígidamente en ciertas circunstancias concretas. Es una manera de gestionar, de tratar a las personas, de pensar, de ser y de estar*” (Whitmore, 2002).

Bou lo define como un proceso sistemático de aprendizaje, focalizado en la situación presente y orientado al cambio, en el que un “*coach*” o entrenador facilita unos recursos y unas herramientas de trabajo, en este caso a los alumnos, permitiendo la mejora del desempeño en aquellas áreas que estos demandan (Bou, 2013). Por tanto, el *coaching* promueve cambios cognitivos, emocionales y conductuales que amplían la capacidad de acción de la persona.

En los últimos años, se ha convertido en una herramienta muy utilizada en distintos ámbitos: empresarial, personal y educativo.

Existen estudios muy recientes sobre las ventajas e inconvenientes de la práctica del *coaching* en educación (Lentisco y Martínez, 2017).

### Ventajas

La principal ventaja es el cambio motivacional global en el aula. El docente logrará que los alumnos mejoren en confianza, auto-estima, gestión de emociones y creencias, potenciando la comunicación y escucha al resto de sus



compañeros.

#### Inconvenientes

El docente muchas veces, carece de la formación y tiempo necesario para poder aplicar el *coaching* en el aula.

Además, el docente debe hacer un esfuerzo extra para poder adaptar esta metodología en el aula y conseguir que los alumnos se impliquen y lo apliquen para convertirse en personas emocionalmente inteligentes.

#### 5.3.3 Talleres motivacionales

Los talleres motivacionales han sido creados e implantados, principalmente, en el ámbito profesional, con el fin de proporcionar un vehículo para el cambio emocional de las personas.

Con la implantación de talleres se busca principalmente:

- La superación personal.
- Generar buen ambiente de trabajo.
- Ayudar a las personas a trabajar en equipo.
- Mejorar la comunicación entre las personas.
- Que todo el personal se sienta integrado en el equipo de trabajo.
- Un cambio y una mejora emocional.
- Mejora de la autoestima y confianza.

Gracias a estos talleres, las personas van a ser capaces de comprender que cada persona tiene unas emociones y sentimientos diferentes, como, de igual modo, no todo el mundo los gestiona de la misma manera.

Los talleres que suelen implantarse en el ámbito profesional giran en torno a dinámicas activas y atrayentes como: juegos, simulaciones, lluvias de ideas, debates, trabajos en equipo, etc., con el fin de crear ambientes agradables que ayuden al buen desarrollo de las tareas y funciones en el ámbito profesional y personal.

A la vista de todos los aportes positivos de los talleres motivacionales en el ámbito profesional y personal, podríamos plantearnos el hecho de extrapolarlos al ambiente educativo, con el objetivo de que los alumnos vean el aprendizaje como algo “atractivo”, donde sean capaces de pensar, sentir y desear, y como docentes, ayudarles a dirigir sus esfuerzos y energías hacia un aprendizaje activo de calidad.

Incluir estos talleres motivacionales como una actividad “complementaria” en

el aula no solo promoverá una mejora en el estado emocional de los alumnos, sino que pretende aprovechar la fuerte transversalidad de las habilidades trabajadas con el resto de asignaturas del currículum, contribuyendo al desarrollo de un proceso de enseñanza-aprendizaje más completo y de calidad.

## 6. PROPUESTA METODOLÓGICA

### 6.1 Contexto

A la vista de la constante atención que los componentes motivacionales han recibido históricamente en la investigación e innovación didáctica, y en base a mi propia experiencia durante la realización de las prácticas en el instituto, queda patente que los alumnos continúan adoleciendo de importantes carencias motivacionales en el aula.

Con el fin de minimizar, en la medida de lo posible, estas carencias, se pretende dotar a los alumnos de las herramientas necesarias para potenciar la reflexión y el control y gestión de sus emociones en sus procesos de toma de decisiones conscientes y racionales, no solo en su vida académica sino también en su vida personal, mediante el desarrollo de una propuesta didáctica basada en la participación en una serie de talleres motivacionales.

Esta propuesta está diseñada para implantarse en el primer curso de formación profesional superior (FPS) del módulo de Instalación y Mantenimiento.

Los alumnos que cursan éste módulo tienen edades comprendidas entre 18 y 42 años y asisten a clase en horario vespertino (16:00-22:00h). Se encuentran mayoritariamente en una etapa de adolescencia tardía, en la cual se disminuye la velocidad de crecimiento y se recupera la armonía en la proporción de los diferentes segmentos corporales. Estos cambios les generan seguridad y les ayudan a superar posibles crisis de identidad, de forma que se espera que sean capaces de controlar más eficazmente sus emociones, con mayor independencia y autonomía.

A nivel general, podría decirse que psicosocialmente se trata de un grupo heterogéneo. A pesar de ello, en general, muestran una autoestima e identidad formadas, tienen una buena capacidad de comunicación tanto entre compañeros como con el profesor, y son sociables.

Durante la estancia en el Centro quedó patente que los alumnos tenían diferentes niveles académicos, destacando particularmente la diferencia cognitiva existente entre ellos, aun perteneciendo al mismo ciclo superior. Las carencias a nivel cognitivo resultaron más significativas en aquellos alumnos que evidenciaban un grado de motivación menor, de ahí la importancia y la necesidad de reforzar el aula a nivel motivacional.

Los alumnos de este módulo siguen la normativa LOGSE de formación profesional:

*Normativa o marco legal*

✓ Real Decreto 84/2003, de 31 de julio, por el que se establece el currículo correspondiente al Título de Técnico Superior en Prevención de Riesgos Profesionales.

✓ Real Decreto 1161/2001, de 26 de octubre, por el que se establece el título de Técnico superior en Prevención de Riesgos Profesionales y las correspondientes enseñanzas mínimas.

✓ Real Decreto 277/2003, de 7 de marzo, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al título de Técnico Superior en Prevención de Riesgos Profesionales.

✓ Real Decreto 1299/06, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro.

## **6.2 Metodología**

Para la implantación en el aula de la presente propuesta de intervención didáctica, se han seleccionado diferentes talleres, además de una charla motivacional a cargo de la fundación Adecco.

En primer lugar, se pretende llevar a cabo una encuesta, a cumplimentar por los estudiantes para explorar en que momento emocional se encuentran los alumnos a nivel académico y personal (Anexo I). El docente analizará los datos obtenidos lo que le permitirá adaptar las herramientas y estrategias apropiadas para flexibilizar y adecuar los talleres a las necesidades de los alumnos. Al finalizar el curso escolar, se les entregará de nuevo el cuestionario a los alumnos para, por un lado, comprobar si los alumnos han conseguido los objetivos planteados y, por otro, servir como instrumento de autoevaluación para el docente.

De cara a la realización de los talleres motivacionales, los alumnos deberán trabajar en grupo, de forma cooperativa, para fomentar el respeto y tolerancia a sus compañeros y al docente, además de promover la adquisición de destrezas de comunicación y expresión oral y escrita.

Se programarán talleres altamente dinámicos y participativos incluyendo, asimismo, el visionado de videos interactivos y posterior debate, invitando, en

todo momento, a la reflexión personal e íntima de cada alumno.

#### 6.2.1 *Temporalización de la propuesta de intervención.*

Los talleres motivacionales propuestos habrán de desarrollarse en tres momentos claves del curso escolar:

✓ Inicio del curso (septiembre). Los alumnos empiezan una nueva etapa educativa la cual les genera incertidumbre e inseguridad, tanto a nivel académico como a nivel personal, afectando directamente a su estado emocional y, como consecuencia, a su proceso de enseñanza-aprendizaje.

A nivel académico realizar estos talleres a principio del curso no supondrá un cambio significativo en el curriculum del alumno, sino una adaptación del mismo. Esta adaptación, a corto-medio plazo supondrá una notable ventaja para los alumnos, ya que con la realización e interiorización de los talleres perderán parte de ese miedo e incertidumbre y les ayudará a empezar el curso escolar con más confianza en sí mismos y motivación, aspectos clave para el desarrollo de un clima enriquecedor en el aula.

En este inicio escolar se impartirán tres talleres, entre los días 9 y 11 de septiembre, tal y como muestra la Figura 2.

Taller 1: *Dónde hay emoción hay aprendizaje.*

Taller 2: *Como descubrir mí motivación.*

Taller 3: *Menú degustación Cosme García.*

La programación de este primer bloque de talleres al inicio del curso no es casual ni improvisada, sino que persigue cubrir una función evaluadora eminentemente diagnóstica, permitiendo valorar el estado emocional de los alumnos y cómo puede afectarles a la hora de enfrentarse al nuevo curso y a las diversas tareas que se espera sean capaces de realizar en cada una de las asignaturas que habrán de afrontar.

Los resultados obtenidos permitirán a cada alumno individualmente tomar conciencia de su propio punto de partida a nivel emocional, así como reflexionar en el camino hacia su crecimiento personal.

✓ Mitad de curso, coincidiendo con la semana cultural del instituto (febrero).

Los alumnos se encuentran en un momento emocional relativamente estable, al haber pasado cinco meses desde el inicio del curso. Poco a poco se van adaptando a los horarios de clase, a las asignaturas, a los profesores, y

cogiendo más confianza con sus compañeros de clase. Por ello, se aprovecharán estas circunstancias para implantar unos talleres diseñados para mantener y reforzar ese estado de ánimo en los alumnos, permitiendo reorientarlo positivamente para aquellos alumnos que exhiban carencias.

A nivel académico su programación tampoco supone ninguna modificación ni cambio en el curriculum, ya que, al coincidir con la semana cultural del instituto donde los alumnos también realizan otras actividades extra, los talleres se pueden adaptar fácilmente a la programación del centro.

Se impartirán tres talleres, entre los días 26 y 28 de febrero, tal y como muestra la Figura 2.

Taller 4: *¿Quién quieres chucherías?*

Taller 5: *El compañero secreto*

Taller 6: *¿Somos marcianos?*

Este segundo bloque de talleres cumple fundamentalmente una función formativa buscando poner de manifiesto los puntos débiles y las deficiencias motivacionales que aún exhiben los alumnos, dotándoles de herramientas y pautas adecuadas para que ellos mismos puedan solventar sus problemas y continuar el curso reforzados desde el punto de vista emocional.

✓ Final de curso, una vez terminados los exámenes (junio). Es un periodo donde los alumnos ya han finalizado los exámenes, está concluyendo el curso escolar y solo piensan en las anheladas vacaciones. Como consecuencia de esto, se encuentran en un estado emocional envidiable: relajados, tranquilos, ilusionados y cargados de sentimientos positivos. Como docentes debemos aprovechar este momento, donde los alumnos estarán muy receptivos, para desplegar aquellos talleres que, por un lado, les ayuden a hacer balance y síntesis de lo que ha supuesto el curso académico para ellos (tanto a nivel académico como personal) y, por otro lado, les permitan asentar recursos motivacionales para afrontar el siguiente curso con éxito y no vuelvan a caer en miedos e inseguridades pasados.

A nivel académico su inclusión tampoco supone ningún cambio ni modificación en el curriculum, al haber finalizado sus exámenes y tratarse de días finales que los docentes aprovechan para complementar y reforzar conocimientos.

En este caso se impartirán tres talleres, además de la asistencia el último día

a una charla motivacional a cargo de la fundación Adecco, que tendrán lugar entre los días 19 y 23 de junio, tal y como muestra la Figura 2.

Taller 7: *¿Podré llenar el bote?*

Taller 8: *Desfile de modelos.*

Taller 9: *¿Se caerá el palo?*

Charla Fundación ADECCO

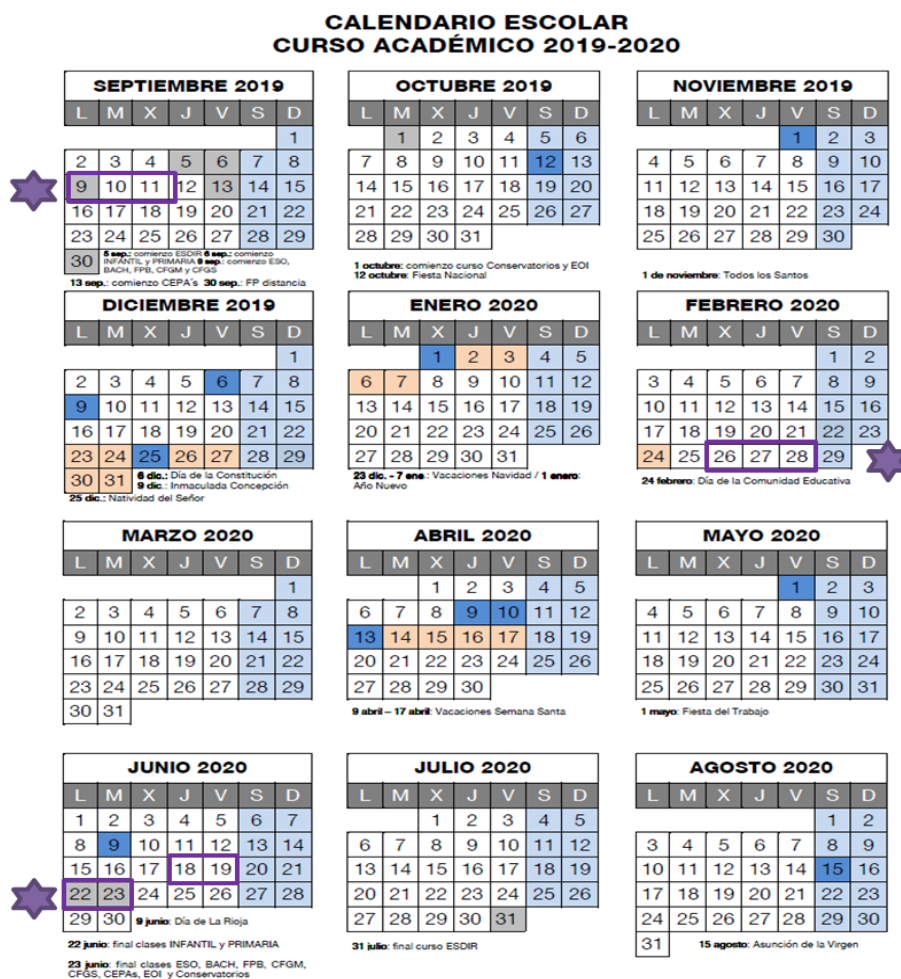


Figura 2. Fechas previstas para la realización de los talleres motivacionales dentro del calendario escolar 2019-2020.

Una vez presentada la temporalización de los talleres, se va a proceder a detallar los principales objetivos de aprendizaje que los alumnos deberán alcanzar gracias a la propuesta de intervención, así como algunos sub-objetivos más específicos y concretos que pueden extraerse a partir de los objetivos generales.

- Promover una mejora de la calidad de enseñanza-aprendizaje utilizando

como herramienta principal estrategias que potencien la motivación de los alumnos, tanto intrínseca como extrínseca:

- Diferenciar cuando actúa la motivación interna o externa.
- Recapacitar sobre aquellos puntos débiles que les provocan desmotivación, y pensar estrategias y herramientas que se puedan utilizar para solventarlos.
- Estimular la inteligencia emocional de los alumnos (“alfabetización emocional”):
  - Autogenerar emociones positivas.
  - Explorar los propios sentimientos e identificar cómo pueden afectar a su motivación.
  - Saber regular los sentimientos y las emociones, como pieza clave para posibilitar un proceso de enseñanza-aprendizaje de calidad.
  - Afianzar la inteligencia emocional en las áreas: interpersonal e intrapersonal.
- Proporcionar herramientas efectivas para identificar y controlar las emociones:
  - Reconocer los tipos de emociones e identificar en qué estado emocional se encuentran y cómo les afecta en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
  - Analizar y controlar sus reacciones emocionales.
- Promover la automotivación de los alumnos:
  - Auto descubrir sus motivaciones personales.
  - Fomentar la motivación a nivel individual y la cohesión del aula.
  - Aprender a dar y recibir elogios y críticas para construir y mejorar su autoestima.
- Preparar emocionalmente a los estudiantes para afrontar con solvencia problemas cotidianos de la vida, tanto personales como profesionales, educando para la vida, la felicidad y el bienestar:
  - Saber diferenciar y priorizar aquellas situaciones, decisiones y momentos que son importantes tanto a nivel personal como en el proceso de aprendizaje.
  - Fortalecer al alumno ante posibles conflictos o adversidades.



- Trabajar la empatía o consciencia de los sentimientos y necesidades de los demás como pieza clave de la competencia social:
  - Ser conscientes y respetar que cada persona tiene sus propios sentimientos y emociones.
  - Valorar las propias cualidades positivas y aprender a apreciar y valorar las cualidades positivas de otras personas.
- Fomentar el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la tolerancia como valores añadidos a la capacitación académica:
  - Aceptar y respetar las opiniones de sus compañeros.
  - Crear un buen clima de compañerismo e integración.
  - Fomentar el trabajo cooperativo y coordinado.

El docente deberá analizar con detalle los objetivos de aprendizaje específicos para cada taller y, si lo considera necesario, realizar cambios o adaptaciones.

Cada taller se estructurará de tal manera que los primeros 5-10 minutos se dedicarán a explicar en qué consiste el mismo, qué actividades se van a realizar y qué objetivos se pretenden alcanzar. Los últimos 5-10 minutos se dedicarán a reflexionar y debatir acerca de lo que los alumnos han sentido y experimentado durante la realización del mismo. En algunos de los talleres se les recomendará a los alumnos el visionado de videos o películas y la lectura de libros de apoyo como recursos complementarios. El resto del tiempo se dedicará al desarrollo en sí del taller, en el cual los alumnos trabajarán la mayor parte del tiempo en grupo aunque también habrá momentos de trabajo individual.

#### 6.2.2 Talleres propuestos

Como puede observarse en la temporalización, se proponen en total nueve talleres y una charla de la Fundación Adecco (que tendrá lugar el último día como clausura del curso y los talleres).

A continuación se detalla cada uno de los talleres propuestos:

##### Taller 1. Donde hay emoción hay aprendizaje

Es el primer taller que se va a realizar con los alumnos y, por tanto, la base para que mantengan el interés y les genere curiosidad por seguir trabajando. Su objetivo principal se centra en identificar, interiorizar y trabajar el mayor abanico de emociones posibles.

Es muy importante la participación en este taller porque, gracias a él, los alumnos además de identificar las distintas emociones, serán capaces de analizar y controlar sus comportamientos emocionales, aspectos clave en un proceso de enseñanza-aprendizaje de calidad.

### Metodología

Los alumnos deberán escribir en cartulinas todas las emociones que crean conocer para, posteriormente, crear un mural y analizarlo entre todos. En este taller es fundamental incidir en un error muy común: el de confundir las emociones con otros conceptos como un adjetivo (vergonzoso), una situación (aislamiento), un estado físico (agotamiento), una característica (pasotismo), etc.

Una vez se aclaren conceptos y se definan las emociones, se les entregarán unas fichas sobre aquellas emociones o estados a asociados que más afectan a los alumnos a nivel académico: estrés, envidia, vergüenza o inseguridad que deberán rellenar y posteriormente analizar en grupo (Anexo II).

En la segunda parte del taller se trabajará la inteligencia emocional vista desde la perspectiva intrapersonal e interpersonal.

Se les pedirá a los alumnos que durante un minuto piensen y reflexionen sobre esta frase: “*Soy así o me comporto así*”. Transcurrido este tiempo, tendrán la oportunidad de visionar un video de Eduard Punset sobre las emociones:

<https://www.youtube.com/watch?v=Uol2zdgGBPA>.

Mediante el visionado interactivo del video los alumnos podrán comprobar:

- La relación que hay entre las emociones y nuestro cerebro, concretamente el hipocampo.
- La importancia de controlar las emociones, porque si nos “emocionamos demasiado” no podremos controlar la situación.
- La felicidad hay que buscarla, no viene sola.
- La felicidad es efímera, etc.

Con estas premisas, junto con aquellas que los alumnos extraigan a partir del video, se generará un debate grupal muy interesante, con el fin de que los alumnos se den cuenta de que:

*La mejor respuesta a las emociones es el aprendizaje.*

Por último, se les recomendará a los alumnos que vean en sus casas la

película Inside-Out (Del revés).



Figura 3. Personajes y emociones protagonistas de la película Inside-Out (Del revés).

Adaptado de <https://www.google.es/imghp?hl=es>

Duración: 2 horas.

## Taller 2. Como descubrir mí motivación

Para la realización de este taller el docente tomará como base una de las teorías más influyentes sobre la motivación, la teoría de Abraham H. Maslow, esquematizada en la Figura 4. El principal objetivo es conseguir que los alumnos descubran sus verdaderas motivaciones académicas y personales.

Los alumnos estarán en el inicio del curso escolar y ayudarles a descubrir sus motivaciones y reflexionar sobre ellas contribuirá a darles confianza y seguridad para afrontarlo con menos incertidumbres y miedos de los que partían.

### Metodología

Cada alumno, de manera individual, deberá identificar aquellos hechos o detonantes que les dan seguridad tanto a nivel académico, familiar y social (tres de cada uno de ellos). Una vez identificados, los escribirán en cartulinas.

El siguiente paso será hacer grupos de tres o cuatro personas para que, conjuntamente, saquen conclusiones de lo que han escrito y las anoten en un folio.

Por último, el docente reunirá todas las conclusiones y las distribuirá en la pirámide de Maslow en función de las necesidades humanas que le correspondan: fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima y

de autorrealización. Se creará un mural y se colocará en el aula en un lugar al que todos los alumnos tengan acceso de forma que, pueda ayudarles en un momento determinado durante el curso escolar.

En este taller el docente tiene un papel muy importante ya que deberá ser él quien guíe a los alumnos, tanto a nivel personal como académico, basándose en las conclusiones obtenidas.



Figura 4. Pirámide de Maslow. <https://www.google.es/imghp?hl=es>

Duración: 1 hora.

### Taller 3. Menú degustación Cosme García

Es el tercer taller que realizarán los alumnos en la semana inicial de curso. Poco a poco se van conociendo mejor y entablando relaciones entre ellos y, por ello, se encuentran más seguros, relajados y con ganas para afrontar el nuevo curso.

Al ser un taller novedoso para ellos, el componente emocional es más elevado y, por tanto, les dará confianza para terminar de ensamblar relaciones entre ellos y afrontar el curso más motivados.

Indirectamente, aprenderán a respetar y tolerar a sus compañeros, ya que las tareas a desempeñar en la cocina son diferentes, siendo algunas más arduas y costosas de ejecutar. No solo es una experiencia para ellos mismos, sino que lo podrán extrapolar a su vida personal, valorando el trabajo que desempeñan las personas que están a su alrededor en su día a día: docentes, personal de administración, de la limpieza, cafetería, así como: familiares y amigos.

Será el primer escalón para conseguir un equilibrio emocional y, como consecuencia, una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

### Metodología


En primer lugar se hará una pequeña asamblea, donde se les explicará a los alumnos en qué consiste el taller. Posteriormente, se les agrupará por parejas y se les comunicará a cada una sus funciones en la elaboración del “menú degustación Cosme García”. Los puestos de trabajo y funciones a desempeñar serán las siguientes:

- ✓ Elaboración del primer plato.
- ✓ Elaboración del segundo plato.
- ✓ Elaboración del postre.
- ✓ Jefes de cocina.
- ✓ Jefes de salón.
- ✓ Personal de office su tarea principal será: lavar la vajilla y recoger.

Una vez definidos los equipos de trabajo y sus funciones, se les entregará el menú a cocinar (como se puede ver en la Figura 5). Los alumnos y los docentes degustarán el menú todos juntos, como la mejor recompensa a un trabajo bien hecho.

**Ingredientes:**

- Tomate
- Ventresca
- Cebolla
- Pechugas de pollo
- Patatas
- Frutas: fresas, plátano, naranja y manzana



**Menú Degustación Cosme García:**

Primer plato

Ensalada de la huerta Riojana: tomate, ventresca y cebolla.

Segundo plato

Pechugas a la plancha con patatas fritas

Postre

Macedonia de frutas

Figura 5. Minuta del menú degustación Cosme García que elaborarán los alumnos.

Durante la realización del taller, el docente debe estar muy pendiente y registrar todo lo que acontezca ya que, como se ha comentado, es un taller muy completo del cual se pueden sacar conclusiones muy positivas para los alumnos. Entre los aspectos más relevantes que se van a trabajar destacan:

- Se fomentará el trabajo cooperativo entre los alumnos, no solo con su pareja sino con el resto de compañeros, ya que si en algún momento la cadena se rompe los platos no saldrán a tiempo.
- Deberán aprender a pedir el turno cuando quieran, por ejemplo, usar un mismo electrodoméstico, cubierto e incluso la fregadera.
- Se dirigirán al personal de “office” con respeto y educación, ya que seguramente sea el trabajo menos gratificante de todos los asignados, y no deben sentirse inferiores a los demás. A su vez el personal de “office” deberá ser capaz de gestionar esa “inferioridad” jerárquica y no contestar mal a ningún compañero, controlando potenciales impulsos de “tirar la toalla” en caso de no estar suficientemente motivados por las funciones que se le han asignado.

- Estarán coordinados con los jefes de salón para saber en qué momento sale cada plato.
- El jefe de cocina controlará a todos los grupos para que salga todo perfecto y a tiempo.
- El docente hará un registro exhaustivo de todo lo que está aconteciendo durante el taller y, en la medida de lo posible, se mantendrá al margen y no interferirá.

Una vez sacados los platos a la mesa, se dará por finalizado el taller. Nos sentaremos todos en la mesa y, en un ambiente distendido, se analizarán los puntos fuertes y evidenciados, las sensaciones de los alumnos, el grado de cumplimiento de objetivo, etc., para, entre todos, reflexionar y sacar conclusiones.

Al final del taller se les aconsejará a los alumnos los siguientes libros para que puedan seguir profundizando algunos aspectos claves:

Vivir en el ama → Joan Garriga  
Donde están las monedas → Joan Garriga  
El principito → Antoine de Saint-Exupéry  
El buen amor en la pareja → Joan Garriga  
La búsqueda de la felicidad → Tal Ben Shahar

Duración: 1 horas y 30 minutos.

#### **Taller 4. ¿Quién quiere chucherías?**

Este taller se encuadrará dentro de la semana cultural del instituto. Por lo tanto, ya habrán transcurrido cinco meses desde el comienzo del curso escolar. Los alumnos ya habrán adquirido un cierto control emocional/motivacional, y este taller les ayudará, como mínimo, a mantener ese control, pero principalmente a reforzarlo.

El objetivo principal es concienciar a los alumnos de que la motivación es algo eminentemente interno. Deben desear hacer algo por la mera satisfacción de poder hacerlo por sí mismos, si bien también comprobarán como los incentivos externos ayudan a iniciar una acción de manera más rápida y fácil en numerosas ocasiones.

### Metodología

En este taller es importante que los alumnos se encuentren en su localización habitual en el aula.

El docente comenzará el taller con una sugerencia a los alumnos: “*por favor, ¿podéis aplaudir?*”. Tras el aplauso, se les dará las gracias y se les preguntará: ¿Por qué habéis aplaudido?. Probablemente, la respuesta sea: “porque nos lo pidió por favor”, “porque nos lo dijiste”, “¿cómo no vamos a aplaudir si eres el profesor?”, etc.

A continuación, se les hará otra sugerencia: “*por favor, pueden abrir el cajón de mi mesa*”. La reacción de los alumnos probablemente no sea simular a la anterior y los alumnos seguramente ni se levantarán de la silla. Pero si se les dice: “*hay una pequeña probabilidad de que en el cajón se encuentren chucherías*” intentando motivarles al ofrecerles un incentivo extra (chucherías). Pero a pesar de ofrecerles una posible recompensa, los alumnos no se levantarán de la silla, aunque sí les surgirán las dudas de si hacerlo o no hacerlo, por tanto no será un no tan rotundo.

La siguiente sugerencia que el docente les indicará será: “*os puedo afirmar que hay chucherías en mi cajón*”. Probablemente, esa certeza les estimulará y les hará cambiar de opinión, haciendo que se acerquen progresivamente al cajón al haber recibido un estímulo externo confiable.

A continuación, se generará un debate sobre lo ocurrido, planteando una serie de preguntas para que reflexionen: ¿por qué he necesitado hacer más hincapié para motivarlos la segunda vez?, ¿os han motivado las chucherías?, ¿cuál es la forma más eficaz de motivar?.

Es muy importante que los alumnos sientan e interioricen que la única forma de lograr que alguien haga algo, es que desee hacerlo.





Figura 6. Figura representativa donde las chucherías provocan una acción (motivación).  
Adaptado de <https://www.google.es/imghp?hl=es>.

Para que puedan seguir trabajando la motivación interna y externa, se les recomendará el siguiente libro:

La sorprendente verdad sobre qué nos motiva de  
Pink, Daniel H.

Duración: 1 hora.

### Taller 5. El compañero secreto

Con la realización de este taller se pretende afianzar el compañerismo y la integración de los alumnos. Es muy importante conocer nuestros sentimientos y emociones personales, pero no lo es menos conocer los sentimientos y emociones de las personas que tenemos a nuestro alrededor, puesto que cada uno sufre o se divierte con cosas diferentes porque las personas somos únicas, y de ahí la importancia de ponernos en el lugar de los demás y tener empatía con los compañeros.

Este taller les ayudará a extrapolar las experiencias y conclusiones obtenidas a su vida personal.

#### Metodología

Se les pedirá a los alumnos que escriban en un papel su nombre y aquella acción, comida, deporte, etc., que más les guste o les motive. Una vez que todos lo hayan hecho, meterán su papel en una bolsa y, alumno por alumno, sacará, un papel al azar sin mostrarlo a nadie. El papel elegido corresponderá

a su “compañero secreto”.

Durante el transcurso del taller, se deberán comunicar con su “compañero secreto” de forma que no les reconozca. El principal sentido de esta comunicación es levantar el ánimo (motivar) al compañero de forma simpática, fraternal, haciendo bromas (con el máximo respeto), críticas constructivas, valorando sus aportes al aula, etc.

La forma de comunicarse con su compañero será libre: a través de cartas, por medio de otro compañero, dejando notas en su mesa, en sus libros, etc.

Los alumnos pasarán momentos muy divertidos que seguro recordarán en muchos momentos del curso.

Al final del taller se descubrirán los “compañeros secretos” y entre todos se hará una reflexión constructiva.



Figura 7. Figura representativa de la búsqueda del compañero secreto y sus emociones.  
*Adaptado de <https://www.google.es/imghp?hl=es>.*

Duración: 1 hora.

### **Taller 6. ¿Somos marcianos?**

Con este taller se pretende que los alumnos, gracias al visionado de un video, sean capaces de disfrutar y encontrar el camino o las herramientas que les permita crecer como personas, que ante una adversidad sepan encontrar una solución eficaz y se repongan con facilidad (resiliencia), no solo a nivel

académico (si por ejemplo suspenden un examen) sino en cualquier contexto de sus vidas.

(Adaptado de <http://orientaiesjuanantoniofernandez.blogspot.com.es/>).

En este taller se proyectará un video de tan solo cuatro minutos. Poco tiempo, pero el suficiente para hacerles pensar y recapacitar sobre muchos aspectos de sus vidas. Además, el cortometraje es muy ilustrativo y con dibujos “simpáticos” que captarán pronto su atención.

### Metodología

Se les entregará a los alumnos un *post-it* o una cartulina pequeña y se les invitará a ver el siguiente video:



<https://www.youtube.com/watch?v=F97ZnQgst0I>

Figura 8. Video “Los Marcianos”.

En un principio, solo se les pedirá que lo vean y disfruten. Tras el primer visionado del video, se les dará a los alumnos rotuladores, pinturas o bolígrafos y se les pedirá que vuelvan a ver el video, pero que, en esta ocasión, anoten

aquellas frases que les han gustado o les han transmitido algo que les represente. Algunas frases que anotarán los alumnos:

- Cuando alguien evoluciona también evoluciona todo su alrededor.
- Toma tus decisiones con coraje.
- Atrévete a cambiar.
- Insiste una y otra y otra vez.
- No te des por vencido.
- Congratúlate con tus logros.

Cuando tengan todas anotadas sus frases representativas, se comentará con los alumnos que frases y por qué les han llamado más la atención. Esto les ayudará a recapacitar, a modificar alguna frase o ampliar las que ya tenían, con el fin de:

1. Retomar la cartulina o el *post-it* al enfrentarse a aquellas asignaturas que les esté costando más trabajo.
2. Pegar las notas en una esquina de la mesa, para tenerlas siempre visibles.
3. Realizar entre todos un mural y colocarlo en el aula de forma estratégica para que todos tengan acceso a él.

Se trata de una forma diferente de ayudar indirectamente a los alumnos cuando tengan un momento de dudas, de dificultad o inseguridad. Solo con el hecho de ver las frases, se acordarán de todo lo que se ha hablado e interiorizado en el taller y seguro que les motivará para seguir trabajando.

Duración: 1 hora.

Por último, se describen los talleres que pertenecen a la última semana del curso escolar. Los alumnos ya han superado una etapa educativa que en un principio parecía suponerles un gran esfuerzo pero, a medida que haya ido avanzando el curso los alumnos habrán ganado seguridad y cumpliendo poco a poco sus metas. Para que puedan seguir por este camino, se implantarán talleres que asentarán sus “cimientos” motivacionales y les ayudarán a pensar en el siguiente curso académico de forma positiva, con fuerza y ánimo.

## Taller 7. ¿Podré llenar el bote?

El principal objetivo de este taller es impulsar a los alumnos para que sean capaces de gestionar sus emociones negativas y sus conflictos, y sólo den prioridad a aquellas situaciones que sean realmente importantes y que contribuyen a su felicidad. Se intentará que lo interioricen utilizando objetos y ejemplos de su día a día, con el fin de acercarnos más al alumno y que lo sienta como algo suyo. Todas las experiencias y situaciones que se desarrollen en el taller podrán ser extrapoladas fácilmente a su vida personal.

Los objetos con los que se van a trabajar son: arena, pelotas de golf, agua y una papelera.

¿Qué representa cada una de ellas?.

Las cosas que son: importantes, no importantes, urgentes y no urgentes.



Figura 9. Figura representativa de los elementos: agua, arena, pelotas y papelera y posibles situaciones: importantes, urgentes, no urgentes y no importantes. *Adaptado de <https://www.google.es/imghp?hl=es>.*

El docente debe ayudar a los alumnos a que verdaderamente se den cuenta de cuáles son las cosas realmente importantes y de cómo gestionarlas, ya que será el camino para ser personas inteligentes emocionalmente y, como consecuencia, aumentar su motivación.

## Metodología

Los alumnos deberán entender cuál es la manera de llenar el bote con todos los objetos mencionados (arena, pelotas de golf y agua) sin que por añadir uno se salga otro, o que por introducirlos en un orden erróneo hagan que no haya cabida para más.

¿Qué deben entender los alumnos?.

Si nuestros estudiantes, por ejemplo, están sufriendo por cosas que no son importantes y urgentes, echarán en primer lugar en el bote el agua. Pero, ¿qué sucederá si posteriormente se les plantea un conflicto importante y urgente?. Que deberán echar arena y ya no habrá sitio, por tanto no habrán gestionado bien sus emociones.

Es muy importante que una vez que los alumnos hayan visto un ejemplo, hagan una lista con aquellas cosas, situaciones que pueden afectarles emocionalmente clasificándolas. Será la mejor manera de poder gestionar sus conflictos tanto a nivel personal, educativo y profesional.

Al final del taller se les explicará cual debería de ser el orden, en primero lugar se añadirán las pelotas de golf que son situaciones importantes pero no urgentes. Las pelotas de golf nos dan la opción de poder añadir lo que de verdad es importante y urgente (arena), ya que cabe entre las pelotas de golf, así como también nos permitirá añadir el agua que, en nuestro ejemplo, es urgente y no importante. Este taller es muy positivo porque, con un juego tan sencillo, podemos trabajar situaciones que a los alumnos les resultan negativas y les afectan en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Cada alumno tendrá la opción de exponer distintas situaciones y, entre todos, ayudarle para que se dé cuenta de lo que en realidad es importante y lo que no.

La idea es hacerles pensar y recapacitar sobre cómo muchas veces nos preocupamos, enfadamos y disgustamos con amigos, familiares y profesores por cosas que no son tan importantes como en realidad pensamos, pero que a nivel emocional nos afectan mucho y de forma muy negativa.

Duración: 1 hora.

### **Taller 8. Desfile de modelos**

Con este taller se pretende que los alumnos sean capaces de valorar sus cualidades positivas, y que aprendan a observar y valorar las cualidades de sus compañeros, aprendiendo a dar y recibir elogios y críticas, y fortaleciendo su autoestima.

La parte positiva es que los alumnos ya se conocerán perfectamente, porque han estado todo el curso juntos, lo que creará un ambiente muy distendido y agradable, condición importante para obtener resultados fiables y conclusiones

positivas para todos.

### Metodología

El profesor explicará a los alumnos que únicamente se van a centrar en características positivas de ellos y de sus compañeros. Así, deberán anotar cualidades (alegría, simpatía, sentido del humor, solidaridad, tolerancia, optimismo, etc.), rasgos físicos (sonrisa bonita, mirada interesante, ojos brillantes, etc.) o capacidades (destreza en matemáticas, en química, matemáticas, en la lectura, en organizar cumpleaños, etc.)

Una vez anotadas todas las características, el profesor las guardará, para continuar con el siguiente paso: “Diseño de ropa”.

Se les entregará a los alumnos bolsas de basura blancas o colores claros (lo importante es que se distingan bien los *post-it*; de ahí el elegir colores claros) para que, por equipos, diseñen y creen su propio vestuario para un desfile: faldas, vestidos, zapatos, gorros, camisetas, pantalones, etc.

El profesor dará a cada alumno los *post-it* que le han escrito sus compañeros, y él mismo, para que los coloque en su vestuario. Mientras está terminando de confeccionar su traje (pegando los *post-it* que le han escrito) el resto de compañeros estarán sentados y esperando a ver desfilas a su compañero.

Todos los alumnos irán desfilando y recibiendo los aplausos, de sus compañeros que actúan como público.

Podrán llevarse sus diseños a casa, con el fin de que no se olviden de todas las cosas buenas que de ellos se han destacado y si, en algún momento les ocurre algo que afecte negativamente a su estado anímico, podrán leerlo y motivarse para restablecer su autoestima.



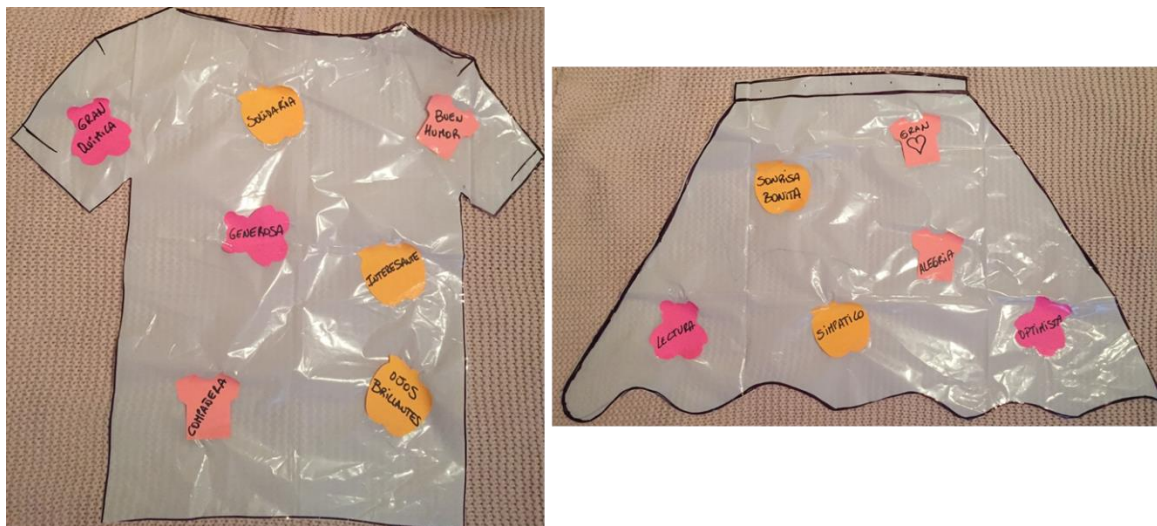


Figura 10: Figura representativa de los diseños de ropa.

Duración: 1 hora y 30 minutos.

### Taller 9. ¿Se caerá el palo?

Con este taller el docente intentará que los alumnos más allá de trabajar en grupo. Sean un verdadero grupo (trabajen de forma cooperativa). Se busca promover la interacción del grupo de forma divertida y entretenida, con el fin de animar y motivar a los alumnos y mostrarles el beneficio del trabajo cooperativo (Adaptado de: <https://juegosydinamicasdegupo.blogspot.com/p/cohesion.html>).

#### Metodología

Los alumnos se distribuirán en dos filas encaradas una con la otra. Todos levantarán el brazo izquierdo a la altura del cuello, aproximadamente, y extenderán el dedo índice, de manera que queden los dedos de ambos grupos intercalados. Los componentes de cada grupo deberán alinear los brazos para que todos los dedos queden en la misma línea horizontal.

El docente primero colocará sobre los dedos de los alumnos un palo, el cual no deberá ser agarrado ni cogido por nadie, solamente estará apoyado. A continuación, entre las dos filas encaradas dejará dos pelotas de tenis separadas (Figura 11). Cuando se dé la señal, los alumnos deberán agacharse, manteniendo el palo en posición horizontal, para coger las pelotas con la mano libre. Al subir deberán continuar manteniendo el palo en horizontal. La idea es que todos los alumnos trabajen de forma coordinada, estén pendientes de los movimientos del resto para adaptarse a la situación, saber comunicarse entre



ellos y entenderse para agacharse, mantener el palo y coger la pelota. Es decir, que logren un perfecto trabajo en equipo.

Se trata de un taller muy dinámico y divertido, donde los alumnos trabajan muchos objetivos sin apenas darse cuenta, generando en todo momento un buen ambiente.

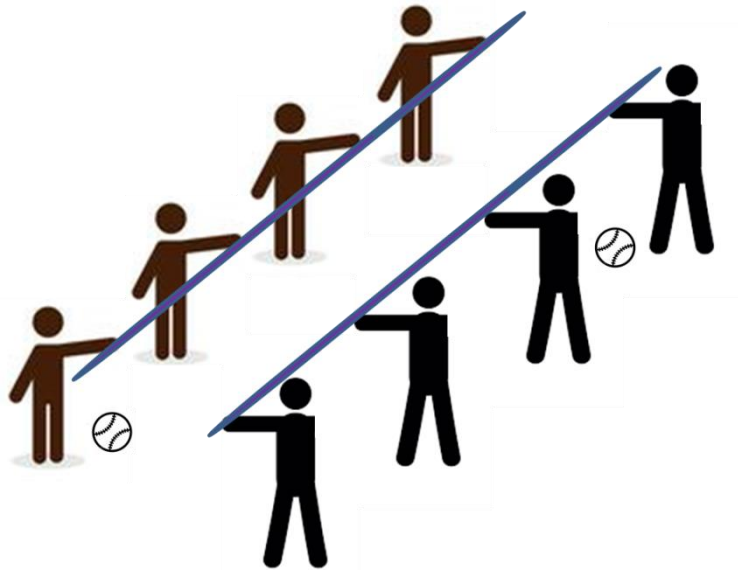


Figura 11: Simulación de la posición de los alumnos, los palos y las pelotas para la realización del taller. Adaptado de <https://www.google.es/imghp?hl=es>

Duración: 1 hora.

### Charlas motivacionales FUNDACON ADECCO

Para finalizar con la propuesta de intervención, los alumnos acudirán a una charla de la fundación ADECCO. El objetivo principal, en este caso, es sensibilizar y concienciar al alumno para eliminar prejuicios y barreras que les limitan, facilitando la consecución de sus metas tanto a nivel académico como personal. El alumno será capaz de recapacitar y darse cuenta que si de verdad quiere algo lo puede conseguir: “La emoción es acción”.

Los alumnos tendrán la oportunidad de escuchar y conocer a personas con discapacidad, que les relatarán todo lo que han tenido que luchar para conseguir ser quienes son, a pesar de los obstáculos que hayan podido encontrar y de los momentos de debilidad que hayan tenido que gestionar y superar para seguir hacia adelante.

Las charlas “tocarán la tecla adecuada” (fibra sensible) que propiciará que

nuestros alumnos piensen y recapaciten, para continuar su “lucha” por una vida personal feliz de la mano de un proceso de enseñanza-aprendizaje de calidad.

¿Qué es Fundación Adecco?

Fundación Adecco es una entidad sin ánimo de lucro constituida en 1999 fruto del compromiso y responsabilidad social asumidos por el Grupo Adecco como líder mundial en la gestión de los Recursos Humanos. Su fin fundacional es la inserción en el mercado laboral de aquellas personas que, por diversas circunstancias, se encuentran en riesgo de exclusión social.

¿Cómo se va a trabajar con los alumnos?

Las charlas serán espacios de diálogo diseñados en diferentes formatos y dirigidos especialmente a nuestros alumnos. Algunos de los protagonistas que podrán acudir al centro de la mano de la Fundación Adecco serán:



**Pablo Pineda**

Maestro, conferenciante,  
presentador, escritor y actor  
español.



**Teresa Perales**

Nadadora, ex-política y  
escritora española



**Juan Manuel Montilla- EL  
Langui**

Actor y rapero español.

Figura 12. Protagonistas invitados de la Fundación Adecco: Pablo Pineda, Teresa Perales y El Langui.

Además, los alumnos tendrán la oportunidad de visionar videos sobre cómo trabajan nuestros protagonistas, y otras personas que forman parte de la Fundación Adecco, para que valoren la situaciones reales a las que se enfrentan día a día personas con discapacidad y como nunca tiran la toalla.

A continuación, se indican algunos de los videos que los alumnos podrán ver adicionalmente para reflexionar sobre ellos:

- Programa de radio GIGANTES.



Figura 12. Video sobre el programa de radio GIGANTES

<https://www.youtube.com/watch?v=FS6H2KJ4YT8>

- Testimonios de personas con discapacidad, para los cuales el talento no entiende de género, de edad, de raza o condición social, no entiende de

ideologías ni de color de la piel, no entiende de discapacidad; el talento únicamente entiende de personas y competencias.



Figura 13. Video de testimonios de personas con discapacidad

<http://www.fundacionadecco.org/grandesprofesionales/>

- Video muy ilustrativo del primer día de trabajo de una persona con discapacidad. El Langui. los alumnos se harán una idea real sobre la complejidad del tema, y recapacitarán sobre las múltiples situaciones complicadas y no precisamente agradables que, muy a menudo, sufren las personas con discapacidad al ir a trabajar. La maravillosa conclusión que podrán extraer es como, con esfuerzo, ganas y seguridad, consiguen ser uno más en su equipo de trabajo.



Figura 14. Video de testimonios de personas con discapacidad

<https://fundacionadecco.org/consultordelbuenrollo/youtubenofunciona.html>

Los alumnos van a vivir una experiencia única gracias a la Fundación Adecco, que les ayudará a reflexionar y hacer una síntesis de todo lo acontecido durante el curso escolar, y forjará una base sólida para afrontar un nuevo curso.

Duración: 2 horas.

Una vez finalizada la charla, se les entregará de nuevo a los alumnos la encuesta que completaron al inicio de los talleres. Con ello, por un lado se comprobará si realmente hay una mejoría en su estado emocional y, por otro lado le servirá al docente para hacer una autoevaluación de la estrategia didáctica propuesta.

### **6.3 Recursos necesarios**

Para implantar la metodología propuesta, es necesario disponer de una serie de recursos humanos, materiales y económicos que se detallan a continuación:

#### **6.3.1 Recursos humanos**

Son todas aquellas personas que se precisan, tanto de forma directa como indirecta, para que sea posible la realización de los talleres y la charla final.

- ✓ Los alumnos de primer curso de Formación Profesional Superior.
- ✓ El docente encargado de impartir los talleres, que será quien organice las actividades, guíe y ayude a los alumnos para un aprovechamiento “activo”, profundo y significativo.
- ✓ Para la realización del Taller “menú degustación Cosme García” se contará con el apoyo de otro docente, con el fin de poder prestar una atención más cercana y directa a los alumnos ya que harán uso del horno o la cocina.
- ✓ Ponente invitado de la Fundación ADECCO.
- ✓ Los familiares y amigos, quienes podrán ver y leer junto a los alumnos los videos, película o libros que se les han recomendado en los distintos talleres, favoreciendo la creación de un espacio de debate y reflexión en familia. La implicación de amigos y familiares representa una motivación extra para los alumnos.

#### **6.3.2 Recursos materiales**

Entre los materiales necesarios para que el docente y los alumnos puedan realizar de forma correcta los talleres se incluyen:

- Pizarra, rotuladores y proyector, para que el docente pueda dar las explicaciones necesarias antes de comenzar cada taller.
- Ordenadores con conexión a internet, para que los alumnos puedan visionar los videos y hacer las búsquedas de los libros recomendados.
- Cartulinas y fichas de las emociones para crear el mural del Taller 1.
- Ingredientes para la realización del “menú degustación Cosme García”:

tomates, ventresca, cebolla, pechugas, patatas, manzana, fresa, naranja, plátano y manzana, aceite y sal.

- Sartenes para cocinar las pechugas y patatas fritas.
- Menaje para el comedor: tenedor, cuchillo, platos, vasos, mantelería.
- Chucherías para la realización del Taller 4.
- Papeles para que los alumnos escriban cosas que les motiven o les gusten de cara a la realización del Taller 5.
- *Post-it* para que los alumnos escriban aquellas frases que más les han gustado o transmitido en el Taller 6.
- Bote de cristal, arena (puede ser sustituida por azúcar, u otro material similar), pelotas de golf, agua y una papelera para la realización del Taller 7.
- Bolsas de basura y *Post-it* para confeccionar los trajes del Taller 8.
- Dos palos y dos pelotas de tenis para que los alumnos puedan ejecutar el Taller 9.

#### 6.3.3 Recursos económicos

La inversión principal, y perfectamente asumible, será para la compra de los ingredientes del “menú degustación Cosme García (Taller 3)”, pelotas de golf y tenis (Taller 7 y Taller 9) y chucherías (Taller 4). El resto de recursos podrán ser recabados del inventario del instituto.

### 6.4 Evaluación de aprendizaje del alumno

La evaluación de la evolución emocional/motivacional del alumno se realizará tomando como referente los objetivos de aprendizaje marcados.

#### 6.4.1 Evaluación inicial (diagnóstica)

Como ya se ha comentado, antes de comenzar con la propuesta de intervención se les entregará a los alumnos una encuesta para saber en qué momento emocional se encuentran a nivel académico/personal.

La encuesta está formada por 22 cuestiones que nos permitirán entender las motivaciones por las que los alumnos asisten al instituto y qué sentimientos/emociones les genera su actividad académica (Anexo I).

Los resultados de la encuesta serán de gran utilidad tanto para los alumnos como para el docente. En base a ellos, los alumnos tendrán la oportunidad de recapacitar y darse cuenta de las emociones y motivaciones que asocia con el instituto y el docente gracias a, podrá hacer un análisis exhaustivo de los



resultados obtenidos, comprobar en qué nivel emocional se encuentran los alumnos, para en función de ello, adaptar y flexibilizar el diseño de los talleres en una dirección u otra y así reforzar los puntos débiles de los alumnos.

La encuesta que van a recibir los alumnos es diferente a los test que normalmente están acostumbrados a realizar, meramente académicos. Además será una encuesta anónima, lo cual ayudará a que se impliquen más y contesten de forma más realista.

Por otro lado, las respuestas a las cuestiones iniciales nos darán una idea de la evolución del alumno a lo largo del curso escolar ya que, al finalizar el mismo, y con el paquete de talleres motivacionales programados se les volverá a entregar un cuestionario con las mismas preguntas o muy similares para que, con la mayor sinceridad posible, actualicen sus respuestas.

#### *6.4.2 Evaluación durante el transcurso de los talleres (de proceso formativa)*

Se han definido los tres momentos claves del curso donde se realizarán los talleres: al inicio, a mediados y a finales del mismo. A su vez, cada taller se ha estructurado de tal manera que los últimos 10 minutos se emplearán en hacer una reflexión en grupo o individual de lo que ha supuesto para los alumnos la realización del mismo. Gracias a estos minutos, y a las actividades de reflexión/debate e interiorización que compone cada taller, tanto los alumnos como el docente serán conscientes de la evolución y enriquecimiento personal.

Durante el transcurso de los talleres el docente tendrá un papel muy importante, ya que además de impartirlos, supervisarlos y guiarlos, deberá hacer un registro exhaustivo de cómo se han ido desarrollando, junto con las principales conclusiones/reflexiones extraídas, con el fin de detectar si hay alguna carencia o necesidad y poder solventarla/reforzarla en los siguientes talleres o, si fuera necesario, a nivel personal con cada alumno.

Los alumnos, por su parte, van adquiriendo más destrezas y habilidades para:

- Conocer e identificar sus estados emocionales.
- Ser capaces de controlar las emociones y saber responder a situaciones complejas que les separan de su zona de confort.
- Cumplir poco a poco sus objetivos académicos, aunque se encuentren trabas por el camino.
- Trabajar en equipo y entender cómo se encuentran sus compañeros...

Adquirir estas capacidades ayudará a los alumnos a tener más confianza en sí mismos y poder avanzar en sus metas académicas y personales de forma satisfactoria.

#### *6.4.3 Evaluación final*

Para determinar si los alumnos han logrado los objetivos de aprendizaje propuestos se les volverá a pedir que rellenen una encuesta similar a la que realizaron al inicio de los talleres. El análisis comparativo de las respuestas iniciales y actualizadas (una vez realizados los talleres motivacionales) permitirá evaluar el éxito de la propuesta de intervención desplegada. Existe la opción de que el docente cambie o amplíe alguna cuestión de la encuesta, si con ello se pueden obtener resultados más completos y concluyentes sobre el rendimiento educativo/emocional de los alumnos.

#### *6.4.4 Autoevaluación del docente*

Para poder juzgar el “éxito” de esta propuesta de intervención, además de evaluar la evolución de los alumnos, es imprescindible que el propio docente responsable de su implantación explore sus efectos globales, autoevaluándose y valorando la aceptación y eficacia de la metodología propuesta, el logro de objetivos, la superación de problemas, posibles mejoras/adaptaciones futuras... La autoevaluación es un proceso que exige un importante pero valioso esfuerzo de reflexión, que ayudará al docente a promover una mejora continua de en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En los talleres planteados el docente podrá hacer una evaluación final operativa gracias a los registros anecdóticos y exhaustivos registrados a lo largo del curso, así como a través de las dos encuestas completadas por los estudiantes.

Una vez llevada a cabo esta evaluación final, fruto de una intensa reflexión, el docente buscará alternativas/soluciones viables a corto-medio plazo, para mejorar de cara a la implantación de los talleres en futuros cursos académicos.



## 7. RESULTADOS PREVISTOS Y DISCUSIÓN

La propuesta de intervención didáctica no se ha llevado a cabo de forma real en un instituto, por ello los resultados que se presentan son los esperados respecto a los objetivos propuestos.

La propuesta se considera viable ya que los recursos necesarios para implantarla no suponen un gasto extra al instituto. Ni los alumnos ni los docentes deberán acudir al instituto fuera del horario establecido por el Ministerio de Educación para la realización de los talleres motivacionales programados, ya que se pueden organizar dentro del periodo lectivo y están diseñados a conciencia para implantarlos en momentos claves y fundamentales para el desarrollo emocional del alumno.

El logro de los objetivos propuestos conllevará a una mejora en el estado emocional de los alumnos, favoreciendo las relaciones interpersonales con compañeros, familiares, amigos, así como las relaciones intrapersonales donde adquirirá habilidades de autoconciencia, automotivación y control emocional piezas claves para un proceso de enseñanza - aprendizaje de calidad.

Los alumnos adquirirán las herramientas necesarias para fomentar su capacidad de motivación intrínseca. Si bien es cierto que los esfuerzos para conseguirla pueden ser costosos, una vez sentadas sus bases de forma crítica y reflexiva perdurará más en el tiempo y serán más sostenibles.

Los alumnos serán conscientes de cómo las recompensas externas les afectan en su reacción de cara al desarrollo de una actividad (motivación extrínseca) pero también comprobarán como este tipo de incentivos pueden provocar una “sobrejustificación” y, como consecuencia, disminuir la motivación intrínseca.

Por último, es importante destacar que muchas veces los alumnos tienen falta de motivación o desinterés por “cómo se enseña en las aulas”, es decir, por los modelos educativos utilizados por muchos docentes. En este sentido, se espera que el hecho de adoptar estrategias didácticas innovadoras y atractivas como las implicadas en estos talleres ayude a los alumnos a gestionarse y automotivarse incluso también cuando se enfrenten a metodologías docentes tradicionales, lo cual habrá de revertir en la mejora de su rendimiento educativo. En este contexto cobran sentido las palabras de Monereo: “*en la escuela se enseñan contenidos del siglo XIX, con profesores*

*del siglo XX, a alumnos del siglo XXI*" (Monereo y Pozo, 2001).

Otero, por su parte asegura que *"Muchos alumnos, aun sin ser plenamente conscientes, se desmotivan por falta de estímulos suficientes en el aula; en las programaciones no siempre se tienen en cuenta sus intereses, y el proceso educativo sigue más centrado en la enseñanza y el profesorado que en el aprendizaje y en el alumnado"* (Otero, 2010).

La implantación de talleres motivacionales en el seno de las programaciones didácticas de nuestros alumnos habrá de contribuir a romper estos clichés descondicionando a docentes y estudiantes e impulsándolos, de la mano, hacia un proceso de enseñanza-aprendizaje estimulante, al servicio de los intereses de los alumnos y de desarrollo de competencias integrales.

En el contexto del proyecto planteado, pendiente de implantarse, resultaría interesante llevar a cabo un análisis DAFO, mediante el cual se pueden evaluar los factores internos (positivos y negativos) sobre los que tiene cierto grado de control y actuación (Fortalezas y Debilidades), así como explorar los condicionantes externos (también positivos y negativos) sobre los que no se puede intervenir y hay que asumir (Oportunidades y Amenazas).

En la Figura 15 se muestra una síntesis del análisis realizado.

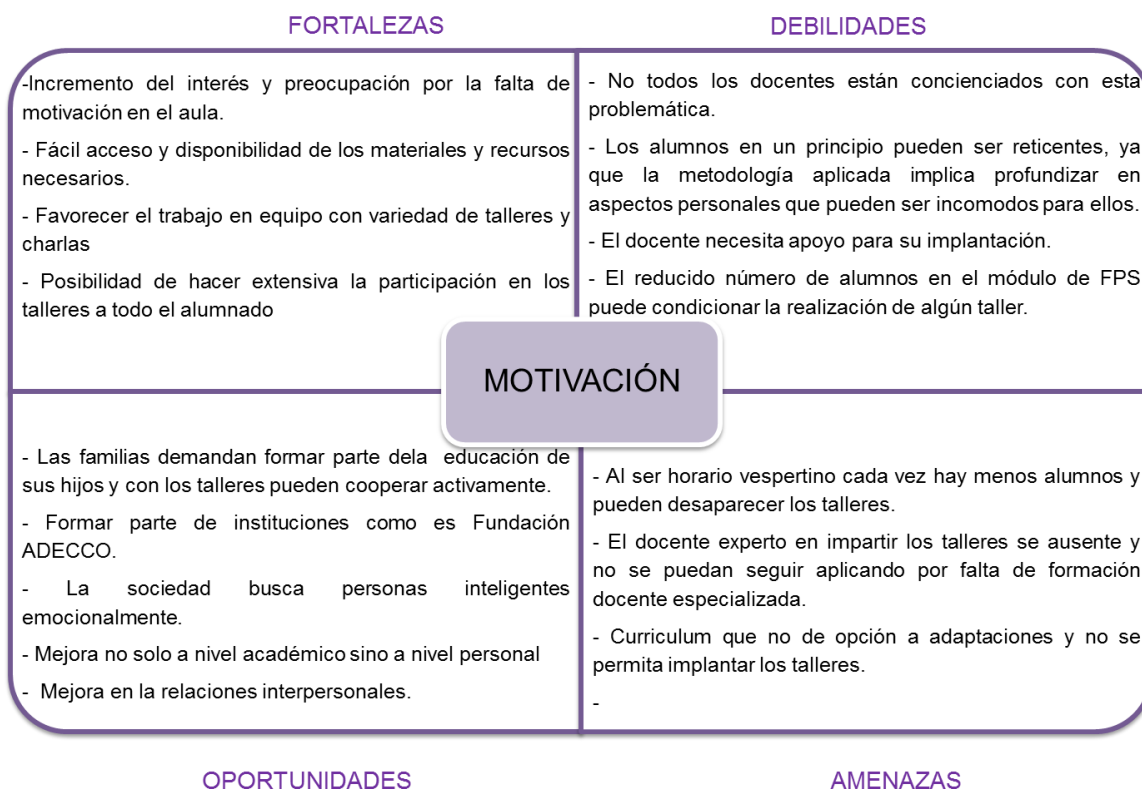


Figura 15. Análisis DAFO.

Como se observa en la figura las debilidades que podrán afectar a nuestra propuesta de intervención es su mayoría están referidas a los alumnos, que son los protagonistas de este proyecto y de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Los alumnos, en un principio, pueden estar más reticentes porque no les guste hablar de sus sentimientos, pero una vez comprueben los beneficios sobre su estado emocional (felicidad, tranquilidad, seguridad, etc.) no dudarán en cooperar e implicarse en los talleres con ilusión.

El número de alumnos en horario vespertino suele ser muy inferior a los alumnos que cursan en horario de mañana, no obstante, si los talleres desplegados surten los efectos deseados sobre la motivación y gestión emocional de los alumnos que, a su vez, se refleja en su rendimiento académico, ello impulsará muy probablemente un mayor interés de potenciales alumnos a ingresar en futuros cursos académicos, alentados por los buenos resultados.

Es necesario apoyo incondicional por parte de la dirección del centro y todos los agentes implicados para que el proyecto siga adelante, puesto que al final será un beneficio para toda la comunidad educativa.

Alumnos con una inteligencia emocional potenciada serán capaces de auto-

gestionarse y regular sus emociones, aspectos importantes para las relaciones inter e intrapersonal y futuras relaciones profesionales.

Por otro lado, muchas familias están cada vez más interesadas en tomar parte activa en la educación de sus hijos. Así con estos talleres, se les da la oportunidad de poder hacerlo, lo que contribuirá a generar sinergias motivacionales gracias a la interacción de los alumnos con familiares y alumnos.

El hecho de que Instituciones como Fundación Adecco formen parte de este proyecto aportará riqueza no solo al proceso de enseñanza- aprendizaje de los alumnos, sino a toda la comunidad educativa en su conjunto.

Por todo ello, podemos afirmar que las oportunidades y fortalezas que este proyecto puede aportar tienen mucho mayor peso que aquellas amenazas o debilidades que también podamos encontrar, lo que refuerza la viabilidad de su implantación y adecuación a las necesidades de los alumnos.

## 8. CONCLUSIONES

Lo primero que quisiera es hacer mía una frase del triste y recientemente desaparecido Eduard Punset: “*Sin emoción no hay proyecto*”, puesto que precisamente desde ahí, desde la emoción, se ha ideado este proyecto, este Trabajo Fin de Máster.

En el presente Trabajo Fin de Máster se ha elaborado una propuesta de intervención didáctica centrada en promover una mejora de la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, basada en la educación emocional y la motivación como elementos clave para el logro de los objetivos de dicho proceso que ha permitido contextualizar y aplicar los conocimientos y competencias adquiridas durante la realización del Máster en Profesorado en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idioma, en una problemática tan transversal y prioritaria como la abordada.

Tener la oportunidad de realizar las prácticas en un instituto, y en mi caso en horario vespertino, me ha permitido detectar necesidades y carencias educativas de los alumnos que se derivan de la falta de motivación. Profundizando un poco más, me he dado cuenta de que las causas subyacentes a esta falta de motivación son multifactoriales: el horario de las clases, las metodologías docentes, la falta de autogestión, la diversidad entre los alumnos tanto a nivel cognitivo como en edad y estatus social, y un largo etc.

Mejorar la motivación en los alumnos no solo les va a ayudar a superar obstáculos a nivel académico, sino que van a comprobar como las relaciones interpersonales e intrapersonales también van a verse beneficiadas, lo que les va a conducir a disfrutar de un mayor bienestar. Los talleres motivacionales programados están diseñados para reorientar la forma de pensar de los alumnos, fomentando su autoestima y autogestión emocional para conseguir un apropiado desarrollo personal que revierta en el ámbito académico. Sin apenas esfuerzo van a adquirir unos valores que perdurarán y fortalecerán con el tiempo y les ayudarán en su vida profesional y personal.

Los talleres están diseñados para que se trabaje en grupo el mayor tiempo posible, favoreciendo el trabajo cooperativo, al ser la mejor forma de cumplir/perseguir los objetivos planteados. Así mismo, también reforzarán el

sentido de la responsabilidad individual sobre el propio aprendizaje, aprendiendo cooperativamente para fortalecer a cada compañero.

Con la realización de los talleres los alumnos van a ser conscientes de que las personas son únicas, cada uno tiene su talento, siendo función del docente ayudarles a encontrar y orientarse hacia su camino.

Será imprescindible no estigmatizar los errores para no provocar miedos, incertidumbre y desmotivación. Hay que dejar que los alumnos se equivoquen, y corrijan sus errores, como fuente importante de un aprendizaje más firme.

Debemos ser conscientes de que la implantación de los talleres conllevará algunas limitaciones que habrá que afrontar y superar.

Es clave que el docente sea capaz de educar desde el corazón, la mejor manera de alentar la pasión. Cuando hacemos lo que nos apasiona, sea lo que sea, somos felices y nos sentimos plenos, porque todas las personas tienen potencial y grandeza; de ahí el gran beneficio de implantar estos “talleres motivacionales”, espacios donde los alumnos van a tener la oportunidad de mostrar como son. Asimismo, el docente motivado va a encontrar un espacio ideal para lograr transmitir y volcar su pasión a los alumnos. El hecho de iniciar un “nuevo camino motivacional” con nuestros alumnos a través de estos talleres transversales e introductorios nos permitirá plantearnos, en un futuro, desarrollar talleres motivacionales más específicos y adaptados a las necesidades concretas de determinadas materias (por ejemplo, física y química).

*“Tenemos la gran suerte de tener un cerebro donde la razón y la emoción no están enfrentadas, sino que trabajan a la vez” Elsa Punset.*

## 9. REFERENCIAS

- Ajello, A. M. (2003). La motivación para aprender. In *Manual de psicología de la educación* (pp. 251-271). Editorial Popular.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of educational psychology*, 84(3), (p.261).
- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*.
- Blasco, A. y Dieste, B. (16 de junio de 2019). Volver a Soñar. *El País*. Recuperado de [https://elpais.com/elpais/2019/06/11/escuelas\\_en\\_red/1560280608\\_819462.html](https://elpais.com/elpais/2019/06/11/escuelas_en_red/1560280608_819462.html).
- Bou, J. F. (2013). *Coaching educativo*. LID Editorial.
- Burón, J. (2006). *Motivación y aprendizaje*. Bilbao. Ediciones Mensajero.
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: (pp.165-175) Desclée de Brower.
- Cascales, A. y Real, J. J. (2011). Las redes sociales en Internet. *Revista electrónica de tecnología educativa*. Edutec, 38, (pp.1-18).
- Cofer, C. N. & Appley, M. H. (1981). *Psicología de la motivación*. México: Trillas.
- Cyrs, E.T. (1995) Essential skills for college teaching: creating a motivational environment. *Educational Development Associates*.
- Diario El Mundo. (14 de mayo de 2013). El abandono escolar de los jóvenes en España dobla la media europea. Recuperado de <https://www.elmundo.es/elmundo/2013/05/14/espana/1368529700.html>.
- De Goncalves, N. C. F., y de Alonso, D. D. V. Z. (2009). Motivación: pieza clave en el aula de clase. *Revista educación en valores*, (11), (pp.52-64).
- Elliot, A. J. & McGregor, H. A. (2001). A 2 X 2 achievement goal framework". *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), (pp.501-519).
- Extremera Pacheco, N., y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 6(2), (pp.1-17).
- Fernández, A. M. G. (2010). Motivación hacia el estudio y la cultura escolar: Estado de la cuestión. *Pensamiento psicológico*, 2(6).
- Fundación ADECCO: <https://fundacionadecco.org/>.
- García Bacete, F. J., y Doménech Betoret, F. (2002). Motivación, aprendizaje y

- rendimiento escolar. *Revista española de motivación y emoción*, 1(11), (pp.55-65).
- Garrido-Gutiérrez, I. (1995). Motivación cognitiva y social. En A. Ferreras (Ed.), *Psicología básica. Introducción al estudio de la conducta humana* (pp. 476-493). Madrid: Ediciones Pirámide S.A.
- Goleman, D. (1998). Working with emotional intelligence. *New York: Bantam Books*.
- Clavero, F. H., Salguero, M. I. R., Venegas, J. M. R., y Ramírez, I. H. (2004). Tratamiento de las creencias motivacionales en contextos educativos pluriculturales. *Revista Iberoamericana de educación*, 34(1), (pp.1-21).
- Hilgard, R. & Bower, H. (1973). *Teorías del aprendizaje*. México, D. F.: Editorial Trillas, 3ª ed., 1973.
- Lentisco, C. S., y Martínez, O. L. (2017). Educación, psicología y *coaching*: un entramado positivo. *Educatio Siglo XXI*, 35(1), (p.145).
- Manassero Mas, A. M., & Vázquez Alonso, A. (2000). Análisis empírico de dos escalas de motivación escolar. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 3, (pp.5-6).
- McClelland, D. C. (1989). *Estudio de la motivación humana* (Vol. 52). Narcea Ediciones.
- Monereo, C., y Pozo, J. I. (2001). ¿En qué siglo vive la escuela. *Cuadernos de pedagogía*, 298, (pp.50-55).
- Núñez Pereira, C., y Romero, R. (2013). Emocionario. Di lo que sientes. *Madrid: Palabras Aladas*.
- Otero Martínez Valentin- psicólogo, pedagogo y profesor en la facultad de Educación de la Universidad Complutense. Martínez Otero (2010).
- Pereira, M. L. N. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista educación*, 33(2), (pp.153-170).
- Pekrun, R. (1992). The impact of emotions on learning and achievement: Towards a theory of cognitive/motivational mediators. *Applied Psychology*, 41(4), (pp.359-376).
- Peréz, R. D. (2008). Las nuevas tecnologías al servicio del acoso escolar. *Revista innovación y tendencias educativas*, 45, (pp.1-13).
- Pintrich, P. R., Schunk, D. H., y Luque, M. L. (2006). *Motivación en contextos*



- educativos: teoría, investigación y aplicaciones*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Poggioli, L. (2009). Enseñando a aprender. *Módulo la metacognición. Fundación Polar*, 32. Capítulo 7.
- Ramo, A. (2003). La Motivación en el estudio. Especial desde España para *El Cronista Regional*.
- Real Decreto 84/2003, de 31 de julio, por el que se establece el currículo correspondiente al Título de Técnico Superior en Prevención de Riesgos Profesionales. ( B.O.C. y L. nº 151, de 6 de agosto).
- Real Decreto 1161/2001, de 26 de octubre, por el que se establece el título de Técnico superior en Prevención de Riesgos Profesionales y las correspondientes enseñanzas mínimas. (BOE núm. 279, de 21 de noviembre de 2001).
- Real Decreto 277/2003, de 7 de marzo, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al título de Técnico Superior en Prevención de Riesgos Profesionales. (BOE núm.74, de 21 de marzo de 2003).
- Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro. (BOE núm.302, de 19 de diciembre de 2006).
- Ruiz, R. (2013). Beneficios e inconvenientes de las nuevas tecnologías en el aprendizaje del alumno. Propuestas formativas para alumnos, profesores y padres. *Educación y Futuro Digital*, (7), (pp.17-27).
- Santrock, J. W. (2002). *Psicología de la educación*. Mc Graw-Hill (p.432).
- Serrate, R., Gil, I., y San Juan, V. (2011). Ayúdate a estudiar. *Las claves del éxito escolar*. Madrid: Ediciones del Laberinto.
- Sloep, P. B., y Flores, A. J. B. (2011). Redes de aprendizaje, aprendizaje en red. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, (37), (pp.55-63).
- Trechera, J. L. (2005). Saber motivar: ¿El palo o la zanahoria? *Consultado el, 2005, vol.15*.
- Weiner, B. (2005). Motivation from an attribution perspective and the social psychology of perceived competence. *Handbook of competence and*

*motivation*, (pp.73-84).

Whitmore, J. (2002). *Coaching for performance*. London: Nicholas Brealey Publishing.

Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2002). The development of competence beliefs, expectancies for success, and achievement values from childhood through adolescence. In *Development of achievement motivation* (pp. 91-120). Academic Press.

## 10. ANEXOS

### **Anexo I: Encuesta motivacional académica y personal**

Las cuestiones que a continuación se presentan pretender describir el estado anímico de los alumnos y por qué acuden al instituto. A cada una de las ellas se le asigna un número en función del grado de desarrollo personal. (Adaptado de Manassero & Vázquez, 2000).

Nada en Absoluto	Muy poco	Poco	Medio	Bastante	Mucho	Totalmente
1	2	3	4	5	6	7

1. Valora el grado de satisfacción que tienes en relación a las notas obtenidas.  
1 2 3 4 5 6 7
2. Valora la influencia de la suerte en las notas obtenidas.  
1 2 3 4 5 6 7
3. Valora la justicia de tus notas en relación a tu esfuerzo.  
1 2 3 4 5 6 7
4. Valora el esfuerzo que haces actualmente para realizar tus tareas.  
1 2 3 4 5 6 7
5. Valora la confianza en ti mismo para realizar las tareas.  
1 2 3 4 5 6 7
6. Valora tu capacidad para estudiar.  
1 2 3 4 5 6 7
7. Valora la importancia que le das a sacar buenas notas.  
1 2 3 4 5 6 7
8. Valora la probabilidad de aprobar que tienes de aprobar el curso.  
1 2 3 4 5 6 7
9. Valora el interés que dedicas a estudiar y realizar tus tareas.  
1 2 3 4 5 6 7
10. Valora tu actitud después de no haber conseguido hacer una tarea o suspender un examen.  
1 2 3 4 5 6 7
11. Valora las exigencias que te impones a ti mismo para estudiar o realizar

una tarea.

1 2 3 4 5 6 7

12. Valora tu conducta cuando haces un examen o tarea difícil.

1 2 3 4 5 6 7

13. Valora tus ganas de aprender.

1 2 3 4 5 6 7

14. Valora tus ganas de terminar con éxito una tarea.

1 2 3 4 5 6 7

15. Valora tu aburrimiento en el aula.

1 2 3 4 5 6 7

Voy al instituto porque...

16. Encuentro satisfacción y me gusta aprender cosas nuevas.

1 2 3 4 5 6 7

17. Me permite comunicar mis ideas.

1 2 3 4 5 6 7

18. Para demostrarme a mí mismo que puedo obtener el título.

1 2 3 4 5 6 7

19. Por la emoción y satisfacción personal que tengo cuando apruebo un examen.

1 2 3 4 5 6 7

20. Los estudios me permiten continuar aprendiendo cosas que me interesan.

1 2 3 4 5 6 7

21. Antes estuve animado, pero ahora no sé si debo continuar.

1 2 3 4 5 6 7

22. No sé muy bien porque vengo al instituto, no encuentro mi camino.

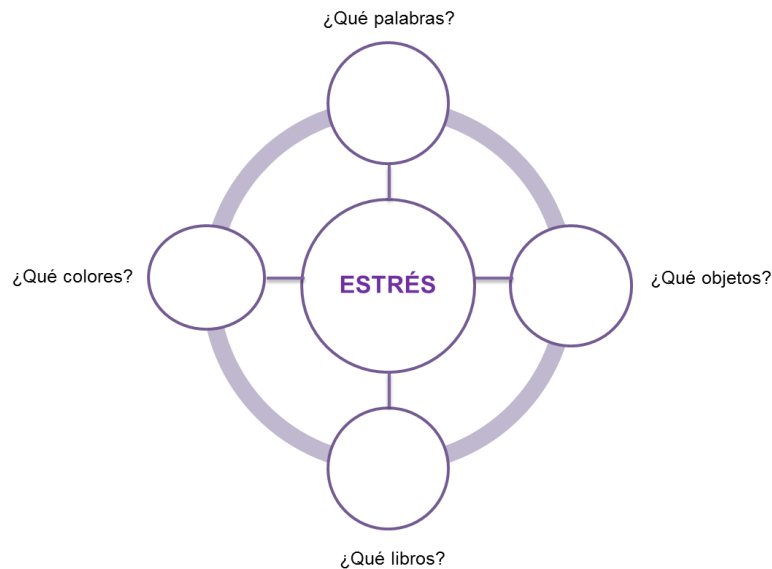
1 2 3 4 5 6 7

## **Anexo II: Fichas Taller 1**

(Adaptado de Núñez y Romero, 2013).

### **1. ¡QUÉ ESTRÉS!**

Selecciona conceptos que te resulten estresantes. Pueden ser palabras, letras, colores, objetos, personas, libros, etc. Crea con ellos un collage, mapa mental o esquema siguiendo, por ejemplo, el siguiente diseño:



Una vez completado, hacer una reflexión y explicar por qué crees que te resultan estresantes los elementos seleccionados.

Por ejemplo: “el color amarillo me genera estrés porque lo asocio a la mala suerte”.

Tras la reflexión se analizarán los esquemas de todos los compañeros.

## 2. ¿SERÁ ENVIDIA SANA?

Piensa y analiza la última vez que tuviste envidia y responde a estas preguntas.

1. ¿Cuándo empezaste a sentir envidia?.

.....

2. ¿Hacia quién?.

.....

3. ¿Por qué motivo?.

.....

4. ¿Qué le deseas a esa persona?.

.....

5. ¿Cómo exteriorizabas esa emoción? Escribe al menos cuatro cosas que hiciste o dijiste.

.....

6. ¿Cuándo dejaste de sentir envidia?.

.....

7. ¿Hiciste algo para dejar de sentirla?. En caso afirmativo, ¿qué hiciste?.

.....

Ahora analiza tus respuestas y anota

- Cuanto tiempo te tuvo ocupado la envidia:

.....

- Enumera cuatro cosas productivas que podrías haber hecho en ese tiempo:

.....

### 3. ¡NO SE SI PODRÉ, ME DA UNA VERGÜENZA!

Responde a las siguientes preguntas:

- ¿Alguna vez has dejado de hacer algo por vergüenza?. ¿El qué?. ¿Te arrepientes?.

.....

- ¿Hay alguna cosa que te gustaría hacer pero que no la haces por vergüenza? ¿El qué?.

.....

- ¿Qué es lo que más vergüenza te da actualmente?. Ordena de 1 (menos vergüenza) a 10 (más vergüenza).

- Hablar en público.
- Mi aspecto.
- No saber la respuesta a algo cuándo me preguntan.
- Salir a la calle en zapatillas de casa sin darme cuenta.
- Que me pillen copiando.
- Caerme delante de la gente.

- ¿Crees que te has vuelto más vergonzoso con el tiempo?.

.....

- ¿Te sueles atrever a hacer cosas novedosas?.

.....

- Cuando te sonrojas:

- Lo noto enseguida y eso me hace enrojecer más.
- Noto el calor en la cara e intento relajarme para que se me pase.
- La verdad es que no suelo darme cuenta.

Todos los alumnos completarán la encuesta y posteriormente se hará una reflexión entre todos.

#### 4. ¡NECESITO EL MEJOR PLAN CONTRA LA INSEGURIDAD!

Vamos a diseñar un plan de seguridad emocional. Para ellos completa los siguientes puntos:

1. Analiza que te ha hecho sentir inseguro poniendo ejemplos:

Afrontar nuevas actividades.

Por ejemplo, .....

Conocer a personas nuevas.

Por ejemplo, .....

Tener objetivos que cumplir.

Por ejemplo, .....

Pensar en lo que los demás opinan sobre mí.

Por ejemplo, .....

Pensar en lo que esperan de mí los demás.

Por ejemplo, .....

2. Analiza qué pierdes y qué ganas por tener inseguridad.

Qué gano:

- La seguridad de no hacer el ridículo.
- 
- 
- 

Qué pierdo:

- No hacer cosas que realmente merecen la pena.
- 
- 
- 

3. Desactiva la inseguridad, escribiendo frases que te ayuden a superar la inseguridad.

Tranquilo, todo el mundo se cae alguna vez, y no ha pasado nada; tú también puedes caerte.

.....  
.....  
.....

Al finalizar se hará una reflexión y un trabajo en grupo.